IL TESORO

Della Sanità

DI CASTOR DVRANTE DA GVALDO,

Medico, & Cittadino Romano.

Nel quale mostra la qualità de' Cibi tanto Carnagi, quanto Erbagi, et Pesci, che sono appropriati per conseruarsi in sanità, & in che tempo si debbano vsare, & il nocumento loro, & suoi Rimedij.

Tauola delle cose più copiose.

IN PADOVA, MDCLIX.

Per Gio: Battista Cezza,

Con Lic. de' Superiori.

SANCTISSINO
AC BEATISSIMO
PATRI SIXTO V.
D. O. M.
Castor Durantes.

Hoc tibi viuendi præscripta est forma libello
SANCTE PATER, possis quò superesse diu
Per lege viuacis sumes documenta Senectæ,
Hæc poteris, vetere exuere Arte dies.
Hoc pia Roma rogat Pastori hoc spondet Olympus
Si tibi non curat viuere, viue Gregi.

Viuat. & Extubito pellat genus omne luporum
Hic Leo, vt illæsum seruet oui le DEI.

Sunt alti Montes altus Leo, Sydus, & altum.
Corde SIXTI Mons, Leo, Stella minor.

Sicarios SIXTVS cælo auspice perdidit, vide
Vbertas Campis reddita, Paxque Greci.

† 2 ALL

All' Illustrissimo Signor Dottor

GASPARO CEZZA

NOBILE RODIGINO.

LI segnalati fauori, che in diuersi tempi dall' ILLVSTRISSIMA SVA CASA hò riceuuti, fanno ch'io mi conosca, e me li professi Seruitore d' infinite obligationi; e ch'io continuamente pensi in qual modo possi in qualche parte à quelle sodisfare. Ma la mia tenue fortuna togliendomi à fatto le forze di congrua corrispondenza, fa che quanto più m'è la facoltà negata; tanto maggiormente s'accenda in me il desiderio di mostrar qualche euidente segno di debita gratitudine, e di vera, & humile deuotione verso la S.S. Illustrissima. Et in vero il desiderio come libero vola con l'al. dell' ottima volontà fino à i più sublimi segni; ma dall'altra parte il potere, troncandogli le penne a peruersità della fortuna, à pena la testa, non che le piante da terra solleua. E così auuiene ch'io le viua vgualmente ricco d'affetto e di vera deuotione, e pouero d'effetti, e d'opere fruttuose. Stando io adunque trà l'angustie di questi due estremi ristretto; la fortuna pur vna volta alquanto fauoreuole, m'hà posto nelle mani vn Tesoro. Vn Tesoro dico, e quello di tutti i tesori forse più pretioso. Imperoche si come senza la sanità ogni più ricca e pretiosa cosa diuenta vile; così

si essendo questo vn Tesoro di Sanità, dourà sopra tutti gli altri tesori stimarsi pretiosissimo. Questo è il nobilissimo Tesoro di Sanità di Castor Durante, tanto necessario per prolongar la vita, e mãtener vigorosa la salute del corpo: il qual libro vscendo di nuouo per opera mia alle stampe, hò stimato cõuenientissimo il presentarlo à V.S. Illustriss. il cui diuino animo è vn Erario, doue si racchiudono pretiosissimi tesori di tutte le Virtù; nel quale l'Arbore antichissimo della Nobiltà inaffiato da i virtuosi sudori consecrati così à Pallade come à Bellona, germoglia floridissime palme di gloria, e produce pretiosi frutti d'incomparabili vtilità alla patria, che de' più sublimi gradi l'hà honorata, & alla Sereniss. Repub. che di tanti, e si nobili carichi l'Illustriss. sua Famiglia hà decorata. Prego per tanto V.S. Illust. à degnarsi di riceuer questo Libro, anzi questo Tesoro sotto l'ombra della sua protettione, e cõportar che porti in fronte, come nobil fregio, il chiarissimo suo Nome, e ciò voglia accettar in segno della singolar deuotione e riuerenza che professo, & à V.S. Illustriss. & all'Illustriss. Sua Casa. E qui per fine à V. S. Illustriss. profondissimamente m'inchino.

Di Padoua li 10. Agosto 1659.

Di V.S. Illustriss.

Humil. & Obligatiss. Ser.

Gio: Battista Cerz[illegible]

PROEMIO.

A Sanità, & la uita lunga non solo si promete à noi dal Cielo nel principio dẽ nascere nostro, ma la nostra diligenza ãcora ce la procura, & nessuna cosa è a gli huomini più vtile a questo proposito quãta è, che ciascun sappi a quali Regole nel vitto seruar si debbano. La Sanità dunque altra non è, che un naturale affeto, per il quale si fanno le nostre attioni, ouero è cagione delle operationi nostre Fù da DIO benedetto, per conseruatione della Sanità, data la medicina, la quale in due parti diuidesi. La prima conserua la Sanità presente: Et l'altra la perduta recupera. Qui si farà solamente mentione di quella parte della Medicina che ci conserua sani, & ci fa viuere lungo tempo. Dall'altra parte habbiamo trattato a pieno, nella nostra Prattica Medicinale, nella quale si fa mẽtione di tutte l'infirmità del corpo humano, dalla cima della testa fin'alla piãta de piedi, & in versi, & discorsi latini si traterà distintamẽte dell'eßentia (per eßempio) della Podagra, delle sue differenze, della

parte offesa, dei segni dalle cause; del pronostico della curacione col vitto, con li siropi, con le medicine, con le diuersioni, co i medicamenti, che mitigano il dolore, coroborano le parti offese, & finalmente risoluono le reliquie del male. Poi si annotarono tutti i medicamenti semplici, & composti, & si scopriranno molti Secreti empirici pertinēti à quel male. Hora perche questa prima parte è fōdata in quelle cose, che possono alterare i corpi nostri, ò in bene, ò in male come sono l'aere, il moto & la quiete, la repletione, & inanitione, gli accidenti dell'animo, il cibo. & il bere; cominciaremo dell'aere, poi che egli fra tutte le cose nō naturali tiene il primo luogo.

LECTORI
CANDIDO.

Iacobus Antonius Cortuſius

Maſſimus in minimo Theſauro conditur aureæ
Theſaurus vitæ, naſcitur vnde Salus
Tu tibi, ſi qua tuæ eſt Lector bone cura ſalutis,
Accipe, detexit quas tibi Caſtor opes.

TAVOLA
DELLE COSE
PIV' NOTABILI.

A

Ati-

cigna-

fra-

M

N

O

P

TAVOLA.

Sale

TAVOLA.

Vesti

IL TESORO DELLA SANITA'

Di Castor Durante.

SOMMARIO.

Si cupit incolumem vitam producere, Cœlum
Effuge corruptum nebulis, nidore, lacunis,
Quodq; mouet madidus morbosis Africus auris:
Purũ ama, & ad solẽ nascẽtẽ, & lumine apricũ,
Purgatumque Euro, & Boreali frigore tersum.

DELL'AERE. CAP. I.

L'Aere è sopra tutte le cose necessario alla conseruatione della sanità, & alla lunghezza della vita, imperciochè viuono gl'Animali con bisogno d'vn continuo refrigerio del cuore, il quale si conseguisce cõ l'assidua inspicatione dell'Aere, & per questo vogliamo, o non vogliamo, è a tutti i viuenti l'Aere necessario, che senza esso non si può conseruare la sanita, nè meno racquistare; che tutte l'altre cose si possono schiuare, eccetto l'Aere, che ne circonda, & muta i corpi nostri più che alcun'altra cosa, perche dimoriamo continuameate in esso, & senza respirarlo nessuno può viuere, & si come la respiratione non si separa dalla vi-

Aere, & suoi effetti.

La necessità dell'Aere.

Respire.

Vita.

ta, così ne anche la vita della respiratione. Et per questo meritamente si dice, che l'Aere è più nociuo del mangiare, & del bere, perche velocemente se ne vola al polmone, & al cuore, & senza cibi possiamo qualch. poco viuere, ma senza l'Aere niente; hauendo dunque egli tanta possanza à conseruar la sanità, si deue fare l'elettione di buon Aere, sereno, chiaro, volto ad Oriente, non corrotto da nebbie, nè da vapori di laghi, stagni, paludi, cauerne, fanghi, & poluere: Che per l'Aere poluerosò appresso i Garamenti gl'huomini appena possono arriuare a quaranta anni. Et doue è l'Aere cattiuo, è necessario, che l'acque non sian buone, le quali aiutano poi l'Aere a corrompere i corpi nostri insieme con i cibi, i quali nell'Aere grosso denono essere sottili, come nel sottile grossi. Quell'Aere adunque è conseruatiuo della sanità, che fa i giorni lieti, & sereni, puro, & temperato: Si come il grosso, il denso, il turbido, & l'infetto la distruggono. L'Aere cattiuo è il frigido, & Boreale & l'Australe ancora, & parimente il notturno, massime sotto i raggi della Luna, & allo scoperto, & così ancora il ventoso, il torbido, il grosso, infetto di cattiui vapori, & dalla putredine de gli animali, & dell'altre cose, perche tal'Aere grauia la testa, & offende gli spiriti animali, & con la sua troppa humidità rilassa le gionture, e le fa paratissi ne a riceuere ogni sorte di superfluità,

Aere buono.

Aere cattiuo.

stuità, come fà anche l'Aere, che da fumo, in poluere è infetto, dal quale bisogna guardarsi, perche entrato nel corpo, oppilando i meati prohibisce il transito de gli spiriti animali. Elegghisi dunque l'Aer temperato, che è quello, che è chiaro, lucido, & puro, che egli non solamente fa la sanità, ma la conserua ancora; chiarificando tutti gli spiriti, & il sangue, rallegra il cuore, & la mente, corrobora tutte l'attioni, sollecita la digestione in tutti i membri, conserua il temperamento, prolunga la vita, ritardando la vecchiezza. Et all'incontro l'Aere tenebroso, & grosso, offusca il cuore, conturba la mente aggraua il corpo, ritarda la concottione, & accelera la vecchiezza. Conoscesi l'Aere temperato, se subito tramontato il Sole, si rinfresca, & nascendo il Sole, subito riscalda, & conferisce quest' Aere ad ogn' età, ad ogni complessione, ad ogni sesso, & ad ogni tempo. E cattiuo ancora non solo l'Aere agitato da venti, ma quello ancora che stà sempre quieto. Quando poi l'Aere eccede in qualche qualità, & deue correggere col suo contrario, & se non hauerà naturalmente, artificialmente preparisi. Onde se sarà troppo caldo, & d'Estate, si asperga la casa d'acqua fresca, & aceto, perche l'aceto con la sua frigidità, & siccità, corregge i cattiui vapori dell'Aere, & prohibisce le putredine, & per la casa si aspergino fiori, rami, & herbe odorifere, che habbiano fa-

Aere tẽperato, e suoi effetti.

Aere distemperato.

Aere tẽperato.

Aere come si corregge.

coltà humida, come sono le viole, le rose, cime di roui, & di vite, foglie di canne, di lattuga o di salcio, di quercia, e di pruni, fior di nenufari, & rami di lentisco, & altre frigide piante si deue ancora prohibire, che nessuna persona entri nelle stanze, perche la turba de gli huomini le riscaldano, sia piena oltre a ciò la stanza de pomi odoriferi, come sono mele, pere, cotogni, cedri, & limoni. Ma se l'Aere sarà troppo frigido, si fugge il vento, massime il Boreale, & non si esca di casa auanti al leuar del Sole, & si spargan per la stanza herbe calide, come menta, pulegio, saluia hissopo, lauro, rosmarino, & maiorana, ouero si faccia la decottion di queste herbe con garofani cinnamomo, maci, & simili, & si sparga per la stanza, & faccian si profumi ancora di cose aromatiche, come incenso, mastice, cinnamomo, laudano, noce moscata, scorze di cedro, mirra, ambra, legno, aloe, mosco, & storace, mettendo queste cose sopra carboni accesi, ouero si faccia mistura delle cose dette con storace liquida, ponendone vn poco sopra carboni. Aprono questi odori con le facultà loro gli orificij chiusi, assottigliano i grossi humori, & cōferiscono a i frigidi, & humidi affetti del corpo. Si può fare ancor questo profumo: Si prenda di tutt'i sandali, egualmente meza oncia di rose, dramme sei, d'ambra dramme vna, di mosco mezo scrupolo, di been bianco, & rosso ana duo scrupoli, di fiori

Turba.

Profumi.

Profumo.

di ne-

di nenufari dramme tre, di laudano dramma vna di mastice, d'incenso, ana dramme due, pestinsi grossamente, & mettansi sopra carboni. Oltre a ciò per correger la mala qualità dell'Aria, & per assottigliare, & dissoluere i grossi, & viscosi humori del corpo, sia sempre acceso nella stanza fuoco di legne odorifere, come sono, lauro, rosmarino, cipresso, ginebro, quercia pino, abere, larice, terebinto, & tamarice. Oltre a ciò odorisi notte, e giorno questo pomo. Prendasi di zaffrano dramma vna e meza di ambra orientale, scrupolo mezo, di mosco dramma meza, di storace calamita, & di lauro ana scrupolo vno, si disoluano con maluagia, & si facci vn pomo. Sempre è da tenere a memoria, che l'Aere notturno, massime in Roma, è inimico alla sanità, & l'Aria delle vigne è parimente poco sana, eccetto quando soffia Aquilone, & Fauonio. L'Aere di Roma ne i monti è più freddo, & più secco; nelle valli è più caldo, & più humido, & più graue, più denso, più grosso, & più nociuo. Delle stagioni quelle sono ottime, che seruando la propria temperatura loro, sono vguali, o fredde o calde, che elle si siano, ma quelle che variano, son pessime. Non è da lasciar di dire, che l'Estate, quando soffian vēti australi, son più sani i luoghi esposti a Settentrione, come l'Inuerno tirando tramontana, quei che son volti a mezo giorno. Volendosi sapere, che qualità sia dell'Ae-

Fuoco corregge l'aere.

Pomo odorifero.

Aere notturno.

Aria delle vigne.

Aere di Roma.

Stagioni.

L'Aere come si conosca buono ò cattiuo.

l'Aere, mettasi la notte al sereno, vna spugna bene asciutta, e se la mattina si troua secca, l'Aere è seco; se molle l'Aere è humido: Se parimente vi si metterà vn pan fresco, & si muffa, sarà l'Aere corrotto, se secco, o humido, il pane si mantenerà nell'esser suo. Correggesi ancora la malignità dell'Aere co'l buon fiato, tenendo in bocca la teriaca, il mitridato, & la confettion alchermes, stropicciando con questi antidoti i denti: Alche vagliono ancora la zedoaria, & l'angelica masticata, & questo dentifrittio, prendẽdo rosmarino dramme vna, di mirra, mastice, bolarmeno, sangue di drago, alume adusto ana dramma meza, cinnamomo dramme vna e meza aceto rosato, acqua di lentisco ana oncie due, acqua piouana libra meza, mele oncie tre, cuocansi a fuoco lento, fin che sian bene schiumati, poi si aggiunga di belzoi scrupolo vno, & come vnguento si serbi in vasi di vetro; Di questo la mattina auanti al cibo se ne tenga vn poco in bocca, & si stroppiccia per le gengiue, le quali si lauino, & nettino poi con l'acqua stillata a bagno caldo, di sal bianco, & alume di rocca ana once tre & vi si aggiunga acqua di lentisco, & si lauino i denti. Queste cose purgano la bocca, fan buon fiato, fermano i denti smossi, incarnano le gengiue, e mendando la carne putrida, & fanno i denti bianchi. Bisogna oltre acciò, che habbiamo le notitie de luoghi, per sapere quali sian buoni, &

Aere come si corregga.

Dentifrittio.

Acqua da denti.

Habitatione.

quali

quali cattiui per habitare. La casa dunque doue s'hà da habitare, non sia sotteranea, nè humida, nè vicina alla terra, ma nell'appartamẽto di mezo, & che sia nel più alto luogo della Città, & che sia lucida c'habbia il vento l'Estate, & l'Inuerno il Sole, & che habbia le finestre, che si rispondin da tutte le bande, cioè dal Leuante al Ponente, & da Tramontana a mezo giorno, acciò che nissun'Aere vi faccia lungo tempo dimora, ch'altrimente vi si corromperebbe, & si putrefarebbe, nè bisogna frequentar molto le stanze da basso, ma le più alte, che così si viene a respirare l'Aere più sottile, & più puro: Adunque habitare in luogo alto, e aperto della casa, ripara che l'humido radicale non si consummi, & ritarda la vecchiezza: Ma habitare luochi vicini a terra, o sotteranei, & oscuri non è bene, perche la vita si mantiene a cielo aperto, & al lume: & all'ombra l'huomo amuffasi, & consumasi. Bisogna ancora auertire, che gl'animali l'herbe, i frutti le biade, & i vini si eleggano quelli che son nati in luochi alti, & odorati, & deputati da i venti, & temperati dal Sole, & doue non vi siano stagni ne stabbij, & doue le cose che vi nascono, si conseruano lungo tempo incorrotte, & quiui solamente è da habitare. E vtile parimente soggiornar tal'hora in villa, percioche si come le ville prouede gli alimenti alla Città, & la Città li consuma; così la vita humana col frequẽ-

Vecchiezza.

Vita.

Villa.

tar la villa si prolunga, ma con l'otio, & col negotio della Città s'accorta. Gioua ancora tal'hora mutare Aere, ma la mutatione non bisogna farla repentinamẽte. Et perche alla rettification dell'Aere cõferiscono le vesti, diffendendo il corpo, da quello; a questo si elegghino le vesti, che inclinino al caldo, & al secco: e l'inuerno sian le vesti di pelle d'agnello, di volpe, & di mattore, & le calze si facino di pelle di lepore, che cõferiscono molto all'infermità delle gionture, ouero di volpe, che cõfortano tutti i membri. Fannosi ancora le vesti di lana, di bambagia, & di seta, e quelle, che si fanno di lino, sono manco calide. Coprasi dunque bene il corpo la notte, & il giorno, massime la testa, che è domicilio dell'anima rationale, & dalla quale delle infirmità gran parte dipende. Percheilche s'hà d'auertire, che la testa non patisca caldo, ne freddo, & molti vogliono, che la notte si radoppino i panni alla testa, percioche la notte per il sonno il calor naturale fugge alle parti interne, & le parti esterne son priuate del lor calore, onde facilmente dal freddo esterno restano offese, & similmente mentre si veglia, si mandano alla testa molto calore, & molti spiriti, per l'operationi delle virtù interiori, & esteriori, & per questo è più calda: ma la notte auiene il contrario. Bisogna ancora auertire di non fare molta dimora al Sole, o al fuoco, e di non lauarsi troppo spesso la testa, imperoche que-

queste cose calide aprono, dilatano, & rendono rare le parti della testa, onde si fanno più prôte poi a riceuere le superflue humidità. Sopra le vesti s'asperga l'inuerno questa acqua; prẽdesi di iride Fiorẽtina, zedoaria, spico nardo ana once vna, storace, mastice, cinnamomo, noce moscata, garofani ana once meza, bacche di ginepro drãme tre, been, ambra, mosco ana scrupolo vno: Tutte queste cose si stillino con vino. La state prendi d'acqua rosa libre quattro, di acetto ottimo libre vna, rose rosse manip. vno e mezo, di tutti sandali dramma vna, canfora dramma meza, mosco grani sette, specie di diambra, di iride ana oncia vna, si pesti il tutto, eccetto le specie, il mosco, & la canfora, & dissoluto ogni cosa in acqua rosa, posti in lãbico per noue giorni, in fimo equino, stillisi. S'asperga ancora sopra le vesti con questa poluere, aggiuntaui acqua rosa, prendi rose rosse, viole, ana once vna scorze di cedro, mortella, legno aloe, sandali citrini ana oncia vna, canfora, ambra, ana scrupolo mezo, mosco, been ana grani cinque, facciasi poluere sottilissima. Si portino in mano cose odorate, la state vna spogna bagnata in acqua rosa, & aceto rosato, e s'odori spesso, ouero si porti in mano questa palla odorata; Prendi carabe dramme due, rose dramme vna, coralli rossi scrupoli quattro, fior di nenufari dramme vna e meza, bolarmeno dramme vna storace calamita dramme

Vesti.

Acqua odorifera.

Palla odorata.

vna

vna e meza, legno, aloe scrupoli due, mastice dramme vna, laudano dramme due, ambra, mosco ana grani due, si pestino con pistello caldo, & si formino le palle. L'inuerno si porti vna spogna infusa in aceto nel qual sian macerati garofano, & zedoaria, ouero si porti in mano questo pomo d'ambra: Prendasi laudano oncia meza, storace calamita dramme due, belzoi, mastice ana dramma vna; garofani, noce moscata, croco, grana di tintori, cera bianca, legno aloe ana scrupolo vno, ambra scrupolo mezo, mosco dissoluto in maluagia grani cinque, compistello caldo si formi vn pomo.

Pomo di ambra.

Bisogna oltre acciò difendere il petto, & lo stomaco con pelli d'agnello, o di lepore, o con cuginetto di piuma, o con pezze di rosato essendo che lo stomaco male affetto sia la madre dell'infermità. Oltre acciò i panni, che s'vsano per lo stomaco, & per la testa, habbiano odore di zafferano, di legno aloe, & di ambra, che queste cose dà vigore al ceruello, ma il mosco si lasci, per la molta sua euaporatione. Le mani ancora si cuoprino con guanti, l'inuerno di pelli di volpe, & la state di pelli di lepore, di capretto, e di agnello. Finalmente oltre all'altre cose, si fuggano con tutte le forze la frigidità de i piedi, & delle mani, essendo che molte indispositioni sogliono da queste cose procedere.

Stomaco come si difende.

Panni.

DEL

DEL MOTO, ET DELLA quiete.

Ne sensim ignauo languescant corpora somno,
Internusq; animos hebetet sopor excute lętum
Torporem, & varias exerce membra per artes;
Nunc ferro vitem attonde, nunc vomere verte
Tellurem, aut equitans dorseque innixus equino
Compita carpe fuga, fluuiosq; euince rapaces,
Corporis hinc totus exudat inutilis humor
Artubus, & vitiũ calor excutit auctus, abitq;
Quicquid inest morbi, sensusq; famesq; vigescũt.

CAP. II.

PErche non solo à conseruar la sanità, ma ancora alla buona habitudine del corpo è necessario il moto, per questo dopò l'Aere è da venire all'essercitio, il quale è potentissimo a conseruarci sani, essendo che per esso si espurgan le superfluità di tutto il corpo, & si dissoluono in modo, che non ci bisognano più medicamenti. Sono molte sorti di moto, & quello è ottimo che da se stesso si fa, essendo cognatissimo a i membri: ma quello, che si fa in caroz za ò in naue, ò a cauallo, & simili, è men buono. Sono alcuni essercitij validi, & faticosi, & alcuni moderati, leggieri, & deboli; l essercitio temperato è quello, che conferisce alla sanità, perche corobora il calor naturale, consumma le su-

Essercitio & suoi effetti.

Essercitio ottimo.

le superfluità, viuifica la giouentù, allegerisce la vecchiezza, prohibisce la ripienezza, fortifica i sensi, fa agile il corpo, & fortifica i nerui, & tutte le gionture, perche le parti essercitate diuentano più robuste; esso ancora consolida i membri, & tutte le digestioni, mantiene i meati del corpo aperti, accioche esalino i fumosi vapori delli spiriti, i quali sono istrumenti di tutte le virtù; è finalmente la conseruatione della humana vita, essendo sola cagione, che si faccia de i cibi ottima preparatione, concottione, assimilatione, finalmente l'espurgatione di tutte le superfluità. Gl'essercitij leggieri sono come il pescare, l'vccellare, & altre cose, che rallegrano l'animo: & si come l'essercitio moderato conferisce mirabilmente alla sanità così per il cõtrario l'otio souerchio è di grandissimo nocumento. Le frittioni ancora sono vtilissime, percioche prohibiscono, che gl'humori non corrino alle gionture, e facendosi a tempo debito; cioè quando da gl'intestini saranno mandate fuori le superfluità, aiutaranno la digestione, allegeriranno il corpo, & apriranno i pori, accioche più facilmenee per essi suaporino le superfluità, tirano il sangue alle parti estreme velocemente, inspessiscouo i corpi rari, e gli spessi fan rari, indurano i molli, & mollificano i duri, & finalmente corroborano il calor naturale. La quãtità dell'essercitio poi è fino a tanto, che il corpo si comincia stancare:

Essercitij leggieri.

Otio souerchio & suoi nocumẽti.

si ri-

si riscaldi, & acquisti florido colore, & comincia a sudare: il che quando sarà, bisogna mutarsi di panni; & asciutti bene tutti i membri, mettersi gli altri panni, & se bisogna, starsene vn poco in letto, & quietarsi fino a tanto, che si faran rihauute le forze. Il tempo poi da fare essercitio è auanti al cibo, e spurgati prima gli escrementi del ventre, & della vessica, perche gran danno suole auenire a coloro, che ripieni di cibi, si essercitano, perche si come il motto fatto auanti al cibo è conseruatiuo della sanità, cosi dopò il cibo, e generatiuo d'infirmità. Adunque ogni essercitio sia auanti al cibo, & dopò seguiti la quiete; ma da questa regola sono essenti gl'Agricoltori, i quali son auuezzi ad essercitarsi subito dopò il cibo, & in questi si verifica quel detto, che è meglio essercitarsi pieno, che voto. Nell'essercitio ancora è da guardarsi dal freddo, percioche l'essercitio hauendo aperti i pori, entra la frigidità facilmente, inducendo poi catarri, & altre diuerse infirmità. Adunque la mattina euacuati gli escrementi del corpo prima, faccino le frittioni alle parti estreme, cominciādo dalle ginocchia fino a i piedi, & dalle coscie fino alle ginocchia, poi dalle coste superiori all'inferiori, poi dal dorso alle spalle, & alle braccia fin'alle mani, poi al petto tirando lateralmente verso le braccia, & questo si faccia con vno sciugatoio leggiermente stroppiciando fino a tanto, che

Quātità dell'essercitio.

Tempo dell'essercitio.

Freddo dopò l'essercitio.

Frittioni.

Essercitio de vecchi. che la pelle alquanto si arrossi. Laudasi ne i vecchi il moto de i mẽbri superiori, come delle spalle, & delle braccia, perche diuerte gl'humori, che non vadino alle parti inferiori, & per il contrario l'essercitio a piede, ò lauande con acque dolci, preparano i vecchi alla podagra. *Lauande per piedi.* Onde douendosi alcuna volta lauare i piedi, si lauino con liscia debole, in cui sian bollite rose rosse, e vn poco di sale, & si lauino in tempo, che nõ vi sian dolori, da poi è bene di mettersi da se stesso i calzetti, & l'altre vesti, senza aiuto di seruitori, che così si essercita mediocremente il corpo, & il calor, & gli spiriti si risuegliano. Et non è da laudare lo stringersi con legacci i calzetti, anzi è meglio vsarli intieri senza ligacci perche stringendoli inducano dolori, *Sputare.* & prohibiscono, che il calore, il sangue, & gli spiriti non corrano alle giontture, onde si indeboliscono, & si preparano a' dolori, & ad altri nocumenti. In oltre è molto vtile tossendo sputare, & cacciar fuori gli escrementi del corpo, facendo essercitio. Oltre acciò, auanti l'essercitio, la mattina del leuarsi bisogna stropic*Pettine.*ciarsi la testa, & pettinarsi, con pettinc d'auorio, dalla fronte verso la nuca, dando almeno quaranta pettinate, poi con panno ruuido, ò *Pettinarsi confferisce alla vista.* con l'vgne, ò con spugna stropicciando la testa, se ne leui ogni superfluità, che vi fosse, accioche gli spiriti s'assottiglino, e s'aprano i meati del capo, accioche le fumosità più liberamen-

te suaporino, che cosi si corroborano tutte le virtù interiori, cioè l'imaginatiua, la cogitatiua, & la memoria, & l'vso del pettine ristora mirabilmente la vista massime guardando nello specchio, il quale eccita tutte le virtù animali,& massime la vista:& il pettinarsi spesso il giorno, tira vapori alle parti superiori, & facilmente gli rimoue da gl'occhi; ma nel pettinarsi non si tenga la testa molto scoperta, poi si pettini con vn'altro pettine la barba, la quale si tagli spesso, perche rallegra, & da prontezza di animo. Conuiene ancora stranutare dopò l'vniuersale euacuatione, mettendo nel naso vn poco di poluere di pepe,& piretro. Poi bisogna lauar la faccia, & le mani, secondo quel verso.

Barba.

Starnuti.

Lauarsi le mani e il viso.

Si fore vis sanus, ablue sæpe manus.

Et il lauarsi la faccia viuifica la virtù rilassata, essendo che il calore si riuoca dentro per Antiparistasi,& la virtù vnita più gagliarda diuenta. L'inuerno si laui con decottione di saluia, o di rosmarino, qualche volta, fatta in vino. L'estate si conuien l'acqua fresca, nella quale sia giunta vn poco d'acqaa rosa, con vn poco di sapone bene odorifero. Bisogna lauare spesso le mani, perche sono instrumenti che tengon netti gli organi, per i quali escono le superfluità del ceruello, come sono l'orecchie, gli occhi, & le narici, & per questo si dice.

Lauanda per l'inuerno.

Lauanda per la state.

Lotio post mensum tibi confert munera bina.
Mundificat palmas, & lumine reddit acuta.

Acqua calda è cattiua per le mani.

Ma dopò il cibo non bisogna lauar le mani con acqua calda, perche genera vermi nel ventre, & la ragione è perche con l'acqua calda si tira fuori il calor naturale, onde ne vien la digestione imperfetta, la quale è potissima cagion de' vermi. Gli occhi ancora si lauino con acqua fresca, accioche si leuino da loro l'immonditie, & mettansi gl'occhi in acqua fresca, & chiara, & appransi, che così s'assotiglia la vista, & si mondificano gli occhi. Poi con vno asciugatoio bianchissimo, & odorifero s'asciughino. Si nettino poi bene i denti, che non essendo netti fan puzzare il fiato, & miste col cibo le superfluità de i denti, causano corruttion del cibo oltre che i denti sporchi mandano al ceruello cattiui vapori, & nessuna cosa è meglio a conseruare, & tener netti i denti, che il lauargli due volte il mese con vino, nel quale sia bollita la radice di titimallo. E ancora da lauar qualche volta la testa, nè bisogna in ciò osseruare quella antica sentenza, che dice, che si lauino spesso le mani, raro i piedi, & non mai il capo: perche lauandosi la testa qualche volta, conforta grandemente il ceruello, massime lauandosi l'inuerno con liscia dolce, nella quale sia bollita saluia, bettonica, steccade, a sara, maiorana, camamilla, mortella, & vn poco di vin bianco odorifero, & si vsi sapone fatto di

Vermi.

Occhi.

Denti.

Denti come si conseruino.

Capo quando si laui.

sapone Venetiano, ò damaschino, once due, diagarico eletto oncia vna, di laudano drāme trè, di garofani, & spico nardo ana, scrupoli duo, con olio mirtino, si faccia palla. La state si facciano bollir nella liscia rose secche, & in vece di sapone si vsino rosi d'oua fresche intepiditi. Lauata la testa, bisogna asciugarla subito con pāni caldi, in modo che non vi resti humidità, perche il ceruello è humidissimo, & per questo è la natura gli ha fatti tanti luoghi ad espurgarlo dalle superfluità. Quando oltre acciò laua la testa, non si deue troppo presto esporre all'aria; & per questo è meglior lauarsi la sera auanti cena. Fatte tutte queste cose, bisogna andar la prima cosa alla Chiesa, & far preghiere a Dio, il quale è perfettissimo Medico che conserui la sanità del corpo, & della mente. Poi andar fuori, cominciando a fare essercitio piaceuolmente, tanto che si cominci quasi a sudare. Et più gagliardo essercitio si conuiene la mattina, che la sera. Et è da sapere, che sì come l'vso del moderato essercitio aiuta grandemente a conseruar la sanità, cosi il souerchio apporta al corpo danno grauissimo, & cosi, si come il moto auanti al cibo conferisce grandemente alla sanita cosi fatto subito dopò il cibo tira per tutto il corpo gli humori, & i succhi, che stan nello stomaco ancora crudi, onde poi si generano varie, & diuerse infirmità. Non si conuiene adunque

Sapone per la testa.

Lauarsi la testa quando è meglio.

Essercitio più gagliardo quando.

Luoghi per lo essercitio.

dopò pranzo essercitatione alcuna, ma è conueniente la quiete, massime per vn'hora dopò il cibo. Dapoi è bene di spasseggiare alquanto, perche il cibo discenda al fondo dello stomaco. Gli essercitij finalmente son migliori fatti allo scoperto, che sotto i portici; al Sole, che all'ombra, & fatti all'ombre, ò di muraglie, ò di spaliere odorate, sono più vtili, che quelli fatti al coperto, & meglio è il passeggio dritto che il torto.

In vece di essercitio, che conuiēsi. Appetito.

Quelli poi che per qualche accidente non possono caminare, si faccino portare in lettica, in cocchio, ò in sedia ò caualchino vna chinea, tanto che in qualche modo si mouano auanti al cibo; se vogliono gustar bene, & mangiar cō qualche appetito, che per l'otio s'attrista lo stomaco, & per l'essercitio s'allegra. Essercitato dunque il corpo a bastanza, si riposi alquanto fin che cessata la perturbatione, il calore, & gli spiriti si ricreino, e poi si mangi, che mentre sono in riuolutione, tirano i crudi humori alle viscere, che restano poi grandemente opilate:

Essercitio della mente.

Non è oltre à ciò da disprezzare l'essercitatione della mente, imperoche si come il corpo con l'essercitio si rende gagliardo, così l'animo per gli studij si nutrisce, & acquista vigore, & molti per gli essercitij dell'animo si sono liberati da infirmità grandissime.

Essercitij dell'animo.

Sono gli essercitij dell'animo, le speculationi, & il cātare i Salmi, cō instrumenti musicali, & attendere all'Historie theologiche,

che, che queste cose dilettando all'animo, lo pascono in modo, che tutte le virtù diuentino più forti a resistere all' infermità, & a superarle, & fatti questi essercitij a debito tempo, cioè perfetta la concottione del cibo, & notriscono & corroborano l'anima, e fan perfetta memoria; quindi vēgono gli huomini dotti, & atti al gouerno delle Republiche; ma fatti fuori di tēpo, impediscono la digestione, radunano molte superfluità, cagionando varie opilationi, & spesso generano febri putride. Se oltre acciò vecchi staranno in continuo otio, senza fare essercitio, essendo la vecchiezza come vna putredine, aggiuugēdosi putrido a putrido tāto più si putrefanno, & diuerran secchi; ma essercitandosi dureranno più lungo tēpo, & quindi auiene, che per tutte le bocche si ode quella graue sentenza. Che lo studio della sanità consiste in non satiarsi de i cibi, & in non esser pigro alle fatiche, & che l'essercitio, il cibo, il bere, il sonno, & l'altre cose tutte debbono essere mediocri: & con questi duo capi principalmente si insegna tutto quello che si conuien di fare per conseruar la sanità, & prolungar la vita.

Anima. Memoria. essercitio fuori di tempo. Otio, & suoi nocumenti. Sanità. Vita.

DELLA QVIETE.

At cum sub varij exciueris artibus artus
Depuleritque calor concreta alimenta saporis

Interna, nimio ne vis laßata labore
Deficiat, Placidæ fessum te dede quieti,
Præsertius si prælongas conuiuia in horas
Duxeris, & plenis vndarint fercui amensis,
Tunc quærenda quies, tunc otia dulcia amato,
Quò sopita fames stomaco rediuiua resurgat,
Eximiansq. nouas epulas velut ante reposcat.

Eßercitio, & suoi effetti.
Otio, & suoi effetti.

SI come l'immoderato essercitio apporta alla sanità molti incommodi così fa altresì l'otio, & la souerchia quiete, & nõ solo offende il corpo, ma indebolisce l'animo, che stando il corpo in otio si raduna molte superfluità, dalle quali poi si cagionano infinite infirmità, perche mentre stà il corpo in otio, s'accrescoñi molte materie crude, & si fanno l'opilationi, & l'otio consumma, & corrompe le forze, estingue il calor naturale: & accresce la flemma nelle vene, & ingrassa il corpo, & l'indebolisce, & si come per l'essercitio, il natural calor s'accresce & si facilita la concottion delli cibi: così per l'otio s'impedisse, & s'estingue: & per questo l'otio si connumera tra le cause de i morbi frigidi: e conoscendo quel Poeta quanto l'otio nocesse alla sanità, disse.

Cernis vt ignauum corrumpant ocia corpus;
Vt capiant vitium, mi moueantur aquæ?

Et corrompe l'otio non solo tutto il corpo, ma è causa ancora di cattini pensieri, come disse il medesimo Poeta.

Quari-

Quæritur Agestius quare sit factus adulter?
In promptu causa est desidiosus erat.

E dunque la quiete contraria al Moto, & è ristoro dalle fatiche, perche,

Quiete.

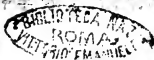
Quod caret alterna requie durabile non est,
Hæc reparat vires fessaq; membra norat.

Et è la quiete non solo al corpo, ma ancora all'animo necessario quando è faticato da pensieri, da facende, & da studij, perche,

Riposo.

Ocia corpus alunt, Animus quoq; pascitur illis

In somma senza quiete il vigor dell'animo non si può lungamente conseruare; oltre che il riposo ha gran forza in aiutare le speculationi, & le profonde inuentioni delle cose occulte. Conferisce la quiete dopò il cibo, accioche i cibi risiedino nel fondo dello stomaco bene vniti, che se ne fa poi di loro buona digestione. Et si come a i flemmatici, & alle fredde, & humide nature è vtile il moto: così a i calidi, & a i colerici è la quiete, più commoda. Bene è vero, che la souerchia quiete chiamata otio, come s'è detto, è di grandissimo nocumento non solo a i corpi, ma all'animo ancora, percioche fa gli huomini negligenti, pigri, ignoranti, scordeuoli, & smemorati, e tutti senza pensieri inetti al consiglio, & al gouerno della republica. L'otio poi del corpo fa gli huomini grossi, pigri, poltroni, mal sani, da poco, scoloriti, rifredda, & estingue il calor naturale, accresce la flemma, & empie il cor-

Quiete dopò il cibo.

Otio, e suoi effetti.

pò di superfluità generando infirmità frigide, come gocia, catarri, opilationi delle viscere, epilepsia, podagra, chiragra, & dolori artetici, quādo poi alcunò è necessitato à stare in otio, & non è libero à poter fare essercitio, bisogna auertire di nutrirlo di cibi leggieri & di brodi, i quali facilmente, & senza molestia si distribuiscono per tutto il corpo, & lubricano il vētre, & questi tali bisogna che auertiscono di star poco a sedere, ma dritti, che così meglio si distribuiscono i cibi, & a questo proposito si dice.

Motifrigidi.

Parce mero, tenato parum, nunc sit tibi vanum
Surgere post epulas: somnum fuge meridianum.

Adunque la souerchia quiete non poco nocumento dà al corpo, per questo è d'auuertire che sia tēperata, & che non diuēti otio, il quale non può stare lungo tempo senza dar nocumento. Onde veggiamo, che gli incarcerati che stanno ne' ceppi, e ne i ferri, che non si possono muouere sempre pigliano qualche infirmità, imperoche si infrigidisce il lor corpo mentre per le souerchie humidità non può liberamente il calore diffendersi a i membri, essendo impedito il transito non solo al calore, ma a cibi ancora per essere i meati opilati. Onde poi mancano le forze, & i membri si rissecсano, & s'assottigliano. Et all'incontro l'essercitio temperato dissolue le superfluità, & apre le vie, accioche si possa il calor naturale liberamente diffondere; & per questo

Otio.

Incarcerati.

Hip-

Hippocrate afferma esser l'essercitio modera- to vtilissimo a i flemmatici, & à quei che son frigidi,& humidi di natura,ma i calidi,& cole- rici,la quiete è più commoda, perche humet- ta i corpi; adunque l'essercitio,& la quiete sian moderati per conseruar la sanità; e prolungar la vita.

Essercitio moderato.

Quiete moderata.

DEL SONNO, ET DELLA Vigilia.

Deficiunt vigiles sensus, hebetantur ocelli.
Tertia iam absumpto præterit hora cibo.
Cæcuba, præcipiunt somnos, caput annuit, ite
Conuiuæ, insolitos currite quisque thorus.
Naturæ hic benè feruet opus, benè cōcoquit hepar,
Venter, & amplexu nobiliore cibum:
Lethæa est re supina queis, hinc omnia pallent
Membra, iecur, reni, neruoi, ora, caput stomachus.
Pronus quesque cubet, dextera vel parte recūbat
Mox leui lateres commoda somus amat.
Somne nihil sine te bene possumus optime somne
Blanda ægris animis corporibusque quies.

CAP. III.

TVtti gli animali per le lunghe fatiche, & vigilie si consummano,& per questo han- no bisogno d'esser ristaurati con la generation

Sõno moderato, et suoi effetti.

di nuouo humido radicale, & delle rinouationi delli spiriti risoluti, le quali cose si conseguiscono dal moderato sonno, le cui cõmodità sono datte, imperoche riscalda, & corrobora i membri, cõcuoce gli humori, accresce il calor naturale, ingrassa il corpo, sana l'infermità dell'animo, & mitiga le molestie della mente, perche nel tempo del sonno la facoltà animale si riposa, & la natura opera più gagliardamente.

Sõno moderato.

Il sonno ancora aiuta la concottione de' cibi, non solo nello stomaco, & in tutto il corpo, perche per il sonno il calor naturale si riconcentra nelle parti interne, onde i cibi meglio si concoquono, & le superfluità meglio si caccian fuori. Il sonno finalmente rimoue ogni fatica, & ogni lassitudine causata dalle vigilie, & per questo è chiamato riposo delle cose, & pace dell'animo secondo questi versi.

Somne qui es rerum placidissime somne Deorũ,
Pax animi quem cura fugit, tu pectora duris,
Fessa ministerij multos reperasque labor.

Sonno superfluo.

Ma è da fuggire sempre il sonno superfluo, & troppo prolisso, percioche infrigidisse, & dissecca, indebolisce il calore, & genera humori flemmatici, da i quali poi viene la pigritia, & la poltroneria, & manda molti vapori alla testa, onde si causano poi le destillationi, & catarri, nuoce grandemente a i corpi grassi, & ripieni, & in somma non conferisce a i corpi, nè a gli animi nè alle facende, & chi dorme

me

me troppo, è simile a vn mezo huomo, & quasi morto, percioche fuor ch' il concuocere il cibo, il non vedere, non vdire, non intendere, non parlare, & esser senza ragione, sono cose simili alla morte. Il sonno superfluo oltre ciò a i corpi sani, & infermi induce as[illegible], & si prepara alla apoplesia, all'apilesia, alla paralisia, allo stupore, & alla febre, & oltre a gli altri incommodi, fa che gli escrementi non si mandino fuori al debito tempo, ma si ritengano lungamente ne i vasi. Si fa il sonno eleuandosi da i cibi vapori, che arriuati al ceruello, & ritrouandolo frigido, & denso, si congelano, & fatti graui, & discendendo, opilano i meati sensitiui de i mēbri, in quella maniera, che si genera la pioggia nella meza regione dell'aria, per l'ascēso de i vapori. Et le vigilie causano dal souerchio calor del ceruello, & sono causa dell'angustie della mente, & delle digestioni de' cibi, imperoche per le vigilie il calor naturale, che si chiama primo instrumento dell'anima, si indebolisce, & lascia la cōcottione: imperoche l'anima serue al corpo, mētre vegghiemo, & distribuita in molte parti non è libera, ma distribuisce alcuna parte di se a tutti i mēbri, & sēsi del corpo, all'audito al viso, al tatto al gusto, al caminare, all'operare, & ad ogni facoltà del corpo. Onde da tāti negotij impedita lascia i cibi nello stomaco, & indi nascerebbe crudeltà, se la natura nō socorresse col sōno, il quale è l'otio del-

Sonno come si facci.

Vigili come causan[o]

Calor naturale.

dell'anima rationale, e de gl'animali facoltà dolce riposo. Conferisce il sonno a i flemmatici, perche concuoce i crudi humori, da i quali generandosi poi buon sangue, l'huomo diuenta più calido, accresciuto dalla copia del sangue natural calore. E vtile ancora a i collerici quanto alla quiete dell'animo, & quanto alla correttione della cõplessione del corpo. Ma più, che a gl'altri conferisce à malenconici, essẽdo che il sonno solo muta la loro intẽperie, percioche per il sonno acquistano calore, & humidità, cose cõtrarie alla lor complessione. A i sanguigni conferisce manco che à gli altri; Nõdimeno il sonno diurno, & meridiano bisogna fugirlo, eccetto quãdo l'huomo è constretto dalla consuetudine; ouero che la notte precedente non si fosse dormito: oueramente quãdo si senta lassitudine di mẽbri, che in questi casi è da concederlo, massime à quei c'hanno lo stomaco debole, & che nõ posson digerire, & all'hora non si deue stare con la testa bassa, nè il letto, ma in vna sedia con la testa alta, & non duri più di vna hora. Adunque il sono diurno rispetto al notturno è sempre cattiuo, massime ne' giorni canicolari, percioche all'hora si fanno ne corpi nostri operationi contrarie, che il sonno riuoca il calore alle parti interne, & il calor dell'aria alle parti esterne, & in quel tempo il ceruello si riempie di molti vapori, i quali poi vniti, & condensati

[margin:] ...onno. / Melanconici. / Sonno diurno. / Giorni canicolari.

in acqua, descendono alle parti inferiori, & accrescono le flussioni, & discendendo a diuerse parti del corpo acquistano diuersi nomi come dimostrano questi versi.

Si fluit ad pectus reuma, tunc dico Catharrum
Ad fauces brancos, ad nares dico Corizam.

Cosi ancora cagionarebbono altri accidenti, & per questo il giorno è da vegghiare, & la notte da dormire; perche il dormir del giorno prepara innumerabili infirmità catarraci, fa mal colore, graua la milza offende i nerui, fa pigro, & genera posteme, & febre: oltre acciò essendo il giorno luminoso e atto a gli esercitij, & a lle vigilie, ma la notte con la sua oscurità, & quiete è più atta al sonno, si per la frigidità dell'aere, come ancora per la tranquilità, & quiete della mente, & del corpo, ch'allhora non si interrompe il sonno da strepiti, & da romori, & per questo fù detto.

Sono meridiano & suo nocumenti.

Si vis in columen, si vis te reddere sanum,
Curas tolle graues: somnum fuge meridianum.
Parcem mero, canare caue, net sit tibi vanum
Pergere post epulas; rasci cordo profanum,
Nec teneas mictum, nec cogas fortiter annum.

Ma se alcune necessità (come si è detto) costringe a dormire il giorno, o per le notturne vigilie, o per ristorar le forze, dormire vn poco non noce, perche riuocato il calore a le parti interne, si fà miglior cõcottione: ma si dorma ne i giorni longhi, sedendo sopra vna sedia di

Dormir il giorn come.

cora-

corame con la testa eleuata, ma nō piegata innanzi, o all'indietro, ma sopra i lati, che cosi si fa minore euaporatione al ceruello, ma non si dorma in letto molle, & delitioso, ne profumato, cō mosco, o ambra, o legno, aloe, Perche cosi si fa troppa dimora, e s'aggraua la testa, ne meno si dorma sopra cose dure, che potrebbe far rompere qualche vena nel petto. La notte poi non si ha a dormire con la testa, o con le braccia, o piedi scoperte, perche la frigidità delle parti estreme nel sonno apporta grā nocumento al ceruello Bisogna auertire ancora di nō dormire in camera doue entrino i raggi della Luna, perche nuoce grandemente alla testa, facendo catarri più che se si dormisse al sereno. Oltre a ciò non è da dormire subito dopò il cibo, ma al manco due hore dapoi, & se più sarà meglio, perche allhora si farà meglio la concottione de i cibi Nōdimeno è maggiore offesa il dormire subito dopò prāso che dopò cena, perche si risueglia dal sōno prima che la testa possa digerire i vapori eleuati dal cibo. Oltre a ciò è nociuo ancora dormir a stomaco voto, perche indebolisce la virtù, ne bisogna nel dormire far molte riuolte, perche si causa la corruttione de i cibi nello stomaco, si accresce le superfluità, & finalmente prohibisce la digestione delle materie, & l'espulsione loro a i luochi naturali. E nociuo parimente il dormir alla supina, perche offende la schiena, & le

Dormir sopra cose dure.

Piedi, e braccia coperti Luna.

Dormir quanto dopo'l cibo.

Dormir à stomaco voto.

Riuolte nel dormire.

Dormire alla supina.

reni,

reni, impedisce l'anhelito, & prepara a cattiue infirmità de i nerui, perche le superfluità vãno alla nuca, & alla spina, & alle parte posteriori di modo, che non si possono espurgare per il naso, ne per il palato, ne per altre congrue regioni: bene è vero, che quando ci è la renella è bene di dormire sopra la schiena. E la forma del dolmire, accioche il cibo più facilmente descenda al fondo dello stomaco cominciar il sonno sopra il lato destro per due hore, poi riuolgersi sopra il sinistro per più spatio di tempo, ch'aiuta molto la digestione: imperoche allhora il fegato abbraccia il cibo, come la gallina i pulcini, & stan sotto allo stomaco, come il fuoco a vn caldaro, & così si fa più presto, & megliore digestione; poi in fin del sonno bisogna tornare in sul lato destro, accioche più facilmẽte il cibo descenda dallo stomaco al fegato, & che le superfluità dalla prima digestione più liberamente se ne vadino a gli intestini. Ma quando lo stomaco fosse debole, ilche si conosce dalla frigidità, che si sente nella sua ragione, & di rutti acetosi, & dallo sputo dopò il cibo insipido, allhora è meglio cominciare il sonno sopra il ventre, che tal sonno corrobura la faccia, il petto, & la digestione, quantunque non si conuenga a quei, che patiscono flussioni a gli occhi, perche vi fa concorrere più materie: però sarà meglio in quel tempo tener allo stomaco vn cuginetto di piuma molle, & minu-

Forma del dormire.

Sonno sopra il vẽtre.

Cuginetto per lo stomaco

&minuta,come son quelle dell'Auoltore, ò in vece di piuma s'empia il cuginetto di cimatura di scarlatto. Et tra le cose, che grandemente giouano alla frigidità dello stomaco, è il tener abbracciato, vn fanciullo carnoso, o vn cagnolo grasso, che scaldando lo stomaco aiutano la digestione del cibo. La quantità del sonno si deue prendere alla perfettione della concuttion, che si conosce dall' vrina, che quando è come acqua dimostra eser succo crudo nelle venne, & allhora più bisogna dormire; l'vrina poi citrina mostra eser succo concotto, & allhora non è più da dormire; Ma questo tempo del sonno si varia secondo la diuersità delle complessioni, dell'età & de i tempi, perciochè quei che son di calda complessione digeriscono presto, & a questo basta vn sonno di sei hore, ma quei che son di complessio n frigida (essendo in loro la virtù digestiua debole) han bisogno di più lungo sonno, onde a i giouени bastano sei hore di sonno; ma a'vecchi non si conuengono manco di otto, ò noue hore; & sempre è meglio, che il sonno sia alquanto più lungo, che le superflue vigilie, per le quali s'indebolisce il ceruello, onde molte superfluità flématiche si moltiplicano. Et il segno della bastā za del sonno è la leggierezza di tutto il corpo, & massime del ceruello, e il descēso de i cibi dal lo stomaco, & la volontà di andare del corpo, e d'vrinare, & il sentirsi leuate le lassitudini delle

Stomaco frigido.

Quantità del sonno.

Sõno de' giouени.

Sõno de' vecchi.

passa-

passate vigilie: si come incontrarij segni, cioè la grauità del corpo, & i rutti, che habbino odore de i cibi, significano che non si sia à bastanza dormito. E da sapere in somma, che il sonno moderato ristora le facoltà animali, aiuta la concottione de i cibi, & de i crudi humori, fa scordar de i trauagli, & de i cattiui pensieri, mitiga tutti i dolori, humetta tutti i membri del corpo, ristora tutte le facoltà risolute, accresce il calor naturale, ristora l'humido radicale, rischiara, & conforta la testa, leua la lassitudine, refocillando i corpi stanchi, & ritiene le flussioni; ma quando immoderato graua la testa, conturba la mente debilita la memoria, & tutte le facultà animali, infrigidisce il corpo, multiplica le flemme, estingue il calor naturale, induce nausea fà il volto pallido, & nuoce a tutte le indispositioni flemmatiche. Quando poi il sonno sarà poco, & l'huomo non possa dormire, almeno si stia à riposo con gl'occhi chiusi, che questo supplisce in luoco del sonno. E oltre à ciò è da sapere, che ne vecchi, c'hanno lo stomaco frigido, & il fegato calido, bisogna cominciare il sonno su'l latto sinistro, perche così vien lo stomaco a riscaldarsi, & si fa miglior concottion de i cibi, per essere lo stomaco fomentato dal fegato, & all'incontro il fegato si rinfresca.

Sonno moderato.

Sonno immoderato.

Stomaco frigido.

Surgite ab Oceano rapidus iam surgit Eous;
Amore roseum iam iubar ecce rubet.
Iam vigilate graues somno vinoque sepulti,
Septena in somnos est satis, hora meos.
Longior obtundit cerebrum; torpedine sensus
Afficit, exacuet quem vigilata dies.
Sic calor internus reuirescit, & aptius omni.
Sorditie eiecta membra vigore fouet.
Luce vigent operosæ artes, it Miles in arma
Luce, gemunt fessi sub iuga luce boues.
Delia non noctu venatur, nostra quiescunt
Pulpita, sed luce docta Minerua vigil,
Luce minax Pallas, vigilate quot bona lucis?
Corpora, Dij sensus, ingenium, arsque vigent.

Vigilia moderata, et suoi effetti.

LA vigilia è vna intensione dell' anima del suo principio, a tutte le parti del corpo, & quando è moderata eccita tutti i sensi dispone la facoltà alle operation loro, & caccia fuori le superfluità del corpo, ma se sarà immoderata, corrompe la temperatura del ceruello, fa delicato, accende gli humori eccita infermità acute, fa gl'huomini famelici, magri, e di brutto aspetto; indebolisce la virtù concottrice, risolue gli spiriti, riempie de vapori la testa, fa gl'occhi concaui, accresce il calore, & accende la collera, impedisce la digestione, & causa crudità de cibi, perche il calor naturale và alle parti esteriori,

Vigilia immoderata, & suoi effetti.

riori, & per questo si dà per regola, che il sonno, e la vigilia siano moderati.

DELLA REPLETIONE, & Inanitione.

Scinditur extumidum corpus conuiua vorator.
Desine iam, in patinis cora diurna tibi est.
O rapula, & ingluuies tibi mors erit, alla, venter,
Et iecur, & renes, splenq; caput dolent.
Si vix inspiras, si te vexante podagra.
Et chiragra exclamas, culpa misel le tua est.
Desine tam extremo somis aduersate furori,
Dedecet, & nocuum est cedere velle gulæ.

CAP. IV.

DAl mangiare de' cibi si radunano molte superfluità, delle quali gran parte per l'essercitio consummano, il resto bisogna con qualche artificio cacciarlo fuori del corpo. Sō queste superfluità diuerse, secondo che da diuersi luoghi procedono, come sputti, mocci del naso, sudori, vrine, fece del ventre, & altre sordidezze del corpo, che se non si cacciano fuori, sogliono generare molte infirmità, come opilationi, febri, dolori, e posteme, & per questo con ogni diligenza è da procurare la euacuation loro, perche tutti quei mali che da

Superfluità.

Euacuation della superfluità.

C pie-

pienezza procedono, cō l'euacuatione si guariscono, come quei che vēgono da euacuatione con la repletion si sanano. Adunque è da biasimare la souerchia euacuatione, perche da essa il calor naturale, e gli spiriti si risoluono, per il che le virtù mancano dall'operation loro, & lo stomaco voto moue il mal caduco; è d'auertire adūque Principalmente, che le superfluità del vētre, & l' vrina ogni giorno, mattina, e sera, ò almeno vna volta il gorno si mandino fuori, perche bisogna sēpre hauer il corpo lubrico, che questo è nella podagra, nelle pietre, e nelle renelle vtilissimo; si fà questo ò per natura, ò per arte, cō clisteri cōmuni, ò d'olio solo, ò con sopposte di miele, ò di sale; ò di butiro o di sapone nè bisogna lassar fermar troppo queste superfluità nel vētre, perche apportano alla testa, & a tutto il corpo nocumēto grandissimo. Ogni volta adunque che l'huomo sentirà grauezza ne gli intestini, o nella vessica, ò in altro luoco, nel quale si radunano le superfluità, & ogni volta che vederà la necessità, subito deue incitar la natura a mandarle fuora, perche si è visto in molti, che hauendo molto tempo ritenuta l'orina, non han potuto poi orinare, & han patito pietre, e rotture, si come il ritener lo sterco, & il vento fuor di modo, cagiona dolori colici, & per questo disse il versificatore.

Corpo lubrico.

Vrina ritenere.

Sterco ritenere.

Nec mictum retine, nec cōprimere fortiter anū.

&

Qua-

Quatuor exeunto veniunt ventre retento,
Spasmus, hydrops colica vertigo: quatuor istar

Si che bisogna fuggire la souerchia repletione de cibi, & del bere, perche genera ò fomenta molti mali: Che dalla souerchia ripienezza, la virtù dello stomaco naturale s'opprime, come ancora voto eccita epilessia. I vasi quãdo sõ troppo pieni dal cibo, e dal bere è pericolo, che nõ si rõpano, ò soffochi il calor naturale, & nel corpo ripieno si cõuiene l'astinenza; & per questo i golosi nõ crescono di corpo perche il cibo loro nõ si digerisce, onde il corpo nõ se ne può nodrire: Et per questo interrogato vn Filosofo, perche mãgiasse poco; rispose

Replation.

Inanition.

Vt viuam esse decet, viuere non vt edam.

Cioe,

Mangiar e ber per viuer fa mistiere,
Ma non già viuer per mangiar e bere,

Imperoche quãti huomini si sono superfluamẽte ripieni, & finalmente soffocati, & morti? & nõ è cosa Peggiore, che riempirsi superfluamente nel tempo dell'abondãza, che si son visti molti, che mancãdo loro il cibo al tempo della carestia, riempiendosi poi troppo al tempo dell'abondanza si sono presto morti. Ma se occorre tal'hora per disordine riempirsi troppo si sẽta nausea, & grauezza nello stomaco, o per la qualità, o per la quantità del cibo, subito si prouochi il vomito, il quale mõdifica lo stomaco, & rimoue la grauezza dal capo: ne meno è

Replation superflua

Vomito
Astinenza souerchia.

da

dell'anima rationale, e de gl'animali facoltà dolce riposo. Conferisce il sonno a i flemmatici, perche concuoce i crudi humori, da i quali generandosi poi buon sangue, l'huomo diuenta più calido, accresciuto dalla copia del sangue natural calore. E vtile ancora a i colletici quanto alla quiete dell'animo, & quanto alla correttione della cõplessione del corpo. Ma più, che a gl'altri conferisce à malenconici, essẽdo che il sonno solo muta la loro intẽperie, percioche per il sonno acquistano calore, & humidità, cose cõtrarie alla lor complessione. A i sanguigni conferisce manco che à gli altri; Nõdimeno il sonno diurno, & meridiano bisogna fugirlo, eccetto quãdo l'huomo è constretto dalla consuetudine, ouero che la notte precedente non si fosse dormito: oueramente quãdo si senta lassitudine di mẽbri, che in questi casi è da concederlo, massime à quei c'hanno lo stomaco debole, & che nõ posson digerire, & all'hora non si deue stare con la testa bassa, nè il letto, ma in vna sedia con la testa alta, & non duri più di vna hora. Adunque il sono diurno rispetto al notturno è sempre cattiuo, massime ne' giorni canicolari, percioche all'hora si fanno ne corpi nostri operationi contrarie, che il sonno riuoca il calore alle parti interne, & il calor dell'aria alle parti esterne, & in quel tempo il ceruello si riempie di molti vapori, i quali poi vniti, & condensati

[margin: Sonno.] *[margin: Melanconici.]* *[margin: Sonno diurno.]* *[margin: Giorni canicolari.]*

in acqua, descendono alle parti inferiori, & accrescono le flussioni, & discendendo a diuerse parti del corpo acquistano diuersi nomi come dimostrano questi versi.

Si fluit ad pectus reuma, tunc dico Catharrum
Ad fauces brancos, ad nares dico Corizam.

Così ancora cagionarebbono altri accidenti, & per questo il giorno è da vegghiare, & la notte da dormire; perche il dormir del giorno prepara innumerabili infirmità catarrati, fa mal colore, graua la milza offende i nerui, fa pigro, & genera posteme, & febre: oltre acciò essendo il giorno luminoso e atto a gli essercitij, & alle vigilie, ma la notte con la sua oscurità, & quiete è più atta al sonno, sì per la frigidità dell'aere, come ancora per la tranquilità, & quiete della mente, & del corpo, ch'allhora non si interrompe il sonno da strepiti, & da romori, & per questo fù detto.

Sono meridiano & suoi nocumenti.

Si vis in columen, si vis te reddere sanum,
Curas tolle graues: somnum fuge meridianum.
Parcem mæro, canare caue, net sit tibi vanum
Pergere post epulas; rasci cordo profanum,
Nec teneas mictum, nec cogas fortiter annum.

Ma se alcune necessità (come si è detto) costringe a dormire il giorno, o per le notturne vigilie, o per ristorar le forze, dormire vn poco non noce, perche riuocato il calore a le parti interne, si fa miglior cocottione: ma si dorma ne i giorni longhi, sedendo sopra vna sedia di

Dormire il giorno come.

cora-

corame con la testa eleuata, ma nõ piegata innanzi, o all'indietro, ma sopra i lati, che cosi si fa minore euaporatione al ceruello, ma non si dorma in letto molle, & delitioso, ne profumato, cõ mosco, o ambra, o legno, aloe, Perche cosi si fa troppa dimora, e s'aggraua la testa, ne meno si dorma sopra cose dure, che potrebbe far rompere qualche vena nel petto. La notte poi non si ha a dormire con la testa, o con le braccia, o piedi scoperte, perche la frigidità delle parti estreme nel sonno apporta grã nocumento al ceruello Bisogna auertire ancora di nõ dormire in camera doue entrino i raggi della Luna, perche nuoce grandemente alla testa, facendo catarri più che se si dormisse al sereno. Oltre a ciò non è da dormire subito dopò il cibo, ma al manco due hore dapoi, & se più sarà meglio, perche allhora si farà meglio la concottione de i cibi Nõdimeno è maggiore offesa il dormire subito dopò prãso che dopò cena, perche si risueglia dal sõno prima che la testa possa digerire i vapori eleuati dal cibo. Oltre a ciò è nociuo ancora dormir a stomaco voto, perche indebolisce la virtù, ne bisogna nel dormire far molte riuolte, perche si causa la corruttione de i cibi nello stomaco, si accresce le superfluità, & finalmente prohibisce la digestione delle materie, & l'espulsione loro a i luochi naturali. E nociuo parimente il dormir alla supina, perche offende la schiena, & le reni,

Dormir sopra cose dure.

Piedi, e braccia coperti Luna.

Dormir quanto dopo'l cibo.

Dormir à stomaco voto.

Riuolte nel dormire.

Dormire alla supina.

reni, impedisce l'anhelito, & prepara a cattiue infirmità de i nerui, perche le superfluità vãno alla nuca, & alla spina, & alle parte posteriori di modo, che non si possono espurgare per il naso, ne per il palato, ne per altre congrue regioni: bene è vero, che quando ci è la renella è bene di dormire sopra la schiena. E la forma del dolmire, accioche il cibo più facilmente descenda al fondo dello stomaco cominciar il sono sopra il lato destro per due hore, poi riuoltarsi sopra il sinistro per più spatio di tempo, ch'aiuta molto la digestione: imperoche allhora il fegato abbraccia il cibo, come la gallina i pulcini, & stan sotto allo stomaco, come il fuoco a vn caldaro, & cosi si fa più presto, & megliore digestione; poi in fin del sonno bisogna tornare in sul lato destro, accioche più facilmẽte il cibo descenda dallo stomaco al fegato, & che le superfluità dalla prima digestione più liberamente se ne vadino a gli intestini. Ma quando lo stomaco fosse debole, ilche si conosce dalla frigidità, che si sente nella sua ragione, & di rutti acetosi, & dallo sputo dopò il cibo insipido, allhora è meglio cominciare il sonno sopra il ventre, che tal sonno corrobura la faccia, il petto, & la digestione, quantunque non si conuenga a quei, che patiscono flussioni a gli occhi, perche vi fa concorrere più materie: però sarà meglio in quel tempo tener allo stomaco vn cuginetto di piuma molle, & minu-

Forma del dormire.

Sonno sopra il vẽtre.

Cuginetto per lo stomaco.

&minuta, come son quelle dell'Auoltore, ò in vece di piuma s'empia il cuginetto di cimatura di scarlatto. Et tra le cose, che grandemente giouano alla frigidità dello stomaco, è il tener abbracciato, vn fanciullo carnoso, o vn cagnolo grasso, che scaldando lo stomaco aiutano la digestione del cibo. La quantità del sonno si deue prendere alla perfettione della concuttion, che si conosce dall' vrina, che quando è come acqua dimostra esser succo crudo nelle venne, & allhora più bisogna dormire; l'vrina poi citrina mostra esser succo concotto, & allhora non è più da dormire; Ma questo tempo del sonno si varia secondo la diuersità delle complessioni, dell'età & de i tempi, percioche quei che son di calda complessione digeriscono presto, & a questo basta vn sonno di sei hore, ma quei che son di complession frigida (essendo in loro la virtù digestiua debole) han bisogno di più lungo sonno, onde a i gioueni bastano sei hore di sonno; ma a'vecchi non si conuengono manco di otto, ò noue hore; & sempre è meglio, che il sonno sia alquanto più lungo, che le superflue vigilie, per le quali s'indebolisce il ceruello, onde molte superfluità flématiche si moltiplicano. Et il segno della bastãza del sonno è la leggierezza di tutto il corpo, & massime del ceruello, e il descẽso de i cibi dal lo stomaco, & la volontà di andare del corpo, e d'vrinare, & il sentirsi leuate le lassitudini delle

Stomaco frigido.

Quantità del sonno.

Sõno de' gioueni.

Sõno de' vecchi.

passate vigilie: si come incontrarij segni, cioè la grauità del corpo, & i rutti, che habbino odore de i cibi, significano, che non si sia a bastanza dormito. E da sapere in somma, che il sonno moderato ristora le facoltà animali, aiuta la concottione de i cibi, & de i crudi humori, fa scordar de i trauagli, & de i cattiui pensieri, mitiga tutti i dolori, humetta tutti i membri del corpo, ristora tutte le facoltà risolute, accresce il calor naturale, ristora l'humido radicale, rischiara, & conforta la testa, leua la lassitudine, refocillando i corpi stanchi, & ritiene le flussioni; ma quando immoderato graua la testa, conturba la mente debilita la memoria, & tutte le facultà animali, infrigidisce il corpo, multiplica le flemme, estingue il calor naturale, induce nausea fà il volto pallido, & nuoce a tutte le indispositioni flemmatiche. Quando poi il sonno sarà poco, & l'huomo non possa dormire, almeno si stia à riposo con gl'occhi chiusi, che questo supplisce in luoco del sonno. E oltre a ciò è da sapere, che ne vecchi, c'hanno lo stomaco frigido, & il fegato calido, bisogna cominciare il sonno su'l latto sinistro, perche così vien lo stomaco a riscaldarsi, & si fà miglior concottion de i cibi, per essere lo stomaco fomentato dal fegato, & all'incontro il fegato si rinfresca.

Sonno moderato.

Sonno immoderato.

Stomaco frigido.

Surgite ab Oceano rapidus iam surgit Eous;
Amore roseum iam iubar ecce rubet.
Iam vigilate graues somno vinoque sepulti,
Septena in somnos est satis, hora meos.
Longior obtundit cerebrum, torpedine sensus
Afficit, exacuet quem vigilata dies.
Sic calor internus reuirescit, & aptius omni.
Sorditie eiecta membra vigore fouet.
Luce vigent operosæ artes, it Miles ir arma
Luce, gemunt fessi sub iuga luce boues.
Delia non noctu venatur, noster quiescunt
Pulpita, sed luce docta Minerua vigil,
Luce minax Pallas, vigilate quot bona lucis?
Corpora, Dij sensus, ingenium, arsque vigent.

Vigilia moderata, et suoi effetti.

LA vigilia è vna intensione dell'anima del suo principio, a tutte le parti del corpo, & quando è moderata eccita tutti i sensi dispone la facoltà alle operation loro, & caccia fuori le superfluità del corpo, ma se sarà immoderata, corrompe la temperatura del ceruello, fa delirio, accende gli humori eccita infermità acute, fa gl'huomini famelici, magri, e di brutto aspetto; indebolisce la virtù concottrice, risolue gli spiriti, riempie de vapori la testa, fa gl'occhi concaui, accresce il calore, & accende la collera, impedisce la digestione, & causa crudità de cibi, perche il calor naturale và alle parti esteriori,

Vigilia immoderata, & suoi effetti.

riori, & per questo si dà per regola, che il sonno, e la vigilia siano moderati.

DELLA REPLETIONE, & Inanitione.

Scinditur extumidum corpus conuiua vorator,
Desine iam, in patinis cora diurna tibi est.
O rapula, & ingluuies tibi mors erit, alla, venter,
Et iecur, & renes, splenq; caput dolent.
Si vix inspiras, si te vexante podagra.
Et chiragra exclamas, culpa mise lle tua est.
Desine tam extremo fomis aduersate furori,
Dedecet, & nocuum est cedere velle gulæ.

CAP. IV.

DAl mangiare de' cibi si radunano molte superfluità, delle quali gran parte per l'essercitio consummano, il resto bisogna con qualche artificio cacciarlo fuori del corpo. Sô queste superfluità diuerse, secondo che da diuersi luoghi procedono, come sputti, mocci del naso, sudori, vrine, fece del ventre, & altre sordidezze del corpo, che se non si cacciano fuori, sogliono generare molte infirmità, come opilationi, febri, dolori, e posteme, & per questo con ogni diligenza è da procurare la euacuation loro, perche tutti quei mali che da

Superfluità.

Euacuation della superfluità.

pienezza procedono,cō l'euacuatione si guariscono, come quei che vēgono da euacuatione con la repletion si sanano. Adunque è da biasimare la souerchia euacuatione, perche da essa il calor naturale, e gli spiriti si risoluono, per ilche le virtù mancano dall'operation loro, & lo stomaco voto moue il mal caduco; è d'auertire adūque Principalmente, che le superfluità del vētre, & l'vrina ogni giorno, mattina, e sera, ò almeno vna volta il gorno si mandino fuori, perche bisogna sēpre hauer il corpo lubrico, che questo è nella podagra, nelle pietre, e nelle renelle vtilissimo; si fà questo ò per natura, ò per arte, cō clisteri cōmuni, ò d'olio solo, ò con soppoſte di miele, ò di sale; ò di butiro o di sapone nè bisogna lassar fermar troppo queste superfluità nel vētre, perche apportano alla testa, & a tutto il corpo nocumēto grandissimo. Ogni volta adunque che l'huomo sentirà grauezza ne gli intestini, o nella vessica, ò in altro luoco, nel quale si radunano le superfluità, & ogni volta che vederà la necessità, subito deue incitar la natura a mandarle fuora, perche si è visto in molti, che hauendo molto tempo ritenuta l'orina, non han potuto poi orinare, & han patito pietre, e rotture, si come il ritener lo sterco, & il vento fuor di modo, cagiona dolori colici, & per questo disse il versificatore.

Corpo lubrico.

Vrina ritenere.

Sterco ritenere.

Nec mictum retine, nec cōprimere fortiter anū.

&

Qua-

Quatuor exeunto veniunt ventre retento,
Spasmus, hydrops colica vertigo: quatuor ista.

Si che bisogna fuggire la souerchia repletione de cibi, & del bere, perche genera ò fomenta molti mali: Che dalla souerchia ripienezza, la virtù dello stomaco naturale s'opprime, come ancora voto eccita epilessia. I vasi quãdo sõ troppo pieni dal cibo, e dal bere è pericolo, che nõ si rõpano, ò soffochi il calor naturale, & nel corpo ripieno si cõuiene l'astinenza; & per questo i golosi nõ crescono di corpo perche il cibo loro nõ si digerisce, onde il corpo nõ se ne può nodrire: Et per questo interrogato vn Filosofo, perche mãgiasse poco; rispose

Replet-tion.

Inanition.

Vt viuam esse decet, viuere non vt edam.

Cioe,

Mangiar e ber per viuer fu mistiere,
Ma non già viuer per mangiar e bere,

Imperoche quãti huomini si sono superfluamẽte ripieni, & finalmente soffocati, & morti? & nõ è cosa Peggiore, che riempirsi superfluamente nel tempo dell'abondãza, che si son visti molti, che mancãdo loro il cibo al tempo della carestia, riempiendosi poi troppo al tempo dell'abondanza si sono presto morti. Ma se occorre tal'hora per disordine riempirsi troppo, si sẽta nausea, & grauezza nello stomaco, o per la qualità, o per la quantità del cibo, subito si prouochi il vomito, il quale mõdifica lo stomaco, & rimoue la grauezza dal capo: ne meno è

Repletion superflua.

Vomito.
Astinenza souerchia.

da fuggir la troppa aſtinenza de i cibi, perche ſi come la troppo ripienezza ſoffoca il calor naturale, così l'aſtinenza lo riſolue, onde poi molto, & diuerſe infirmità ne ſuccedono.

DEL BAGNO.

Balnea in corpus mundum eſt, haud intret, obeſum
Et tumidum fieri ſi tibi ſorte velis.
Si modo ſint mundæ, & lymphæ tibi forte velis.
Vtilia in laxis noxia popolitibus.
Si gelida ingredis, calor hinc internus abundans,
Muſculus ob durat, nec tibi nerue nocet.
Sulphureum, aut ſalſum ſi ſit tibi forte velere,
Aut cinere, aut ferro concomitante cane,
Conſule prudentem Medicæ prius artis alumnum
Et prodeſſe poteſte, & nocuiſſe ſolet.

Bagni di acqua tepida.

SOno i Bagni vna ſpecie di euacuatione, imperoche fatti di aqua tepida riſcaldano, & humettano, leuano la laſſitudine, riſoluono la ripienezza, mitigano i dolori, mollificano, ingraſſano, ſono coueniente a fanciulla, & a vecchi auãti al cibo, percioche tirano il nutrimẽto a lor membri, & li corrobora, & conferiſcono a riſoluere le loro ſuperfluità, & cacciarle fuori: Et eſſendo gli eſcrementi de i vecchi ſalſi, il bagno li contempera. I bagni del vino conferiſcono a i dolori delle giõture, alla paraliſia, al tremore, & alle paſſioni de nerui. I bagni

Bagni del vino.

Bagni di oglio.

d'olio cõferiscono a i vecchi mirabilmẽte nello spasimo, ne i dolori colici, nella retentione delle renelle, & dell'orina. Vscito l'huomo del bagno, bisogna asciugarlo con vn sciugatoio caldo l'inuerno, poi ongere tutto il corpo d'olio di mandole dolci, ò d'aneto, ò di camomilla, tagliarli l'vnghie, & radere le piãte de i piedi. Conforta ancora, & corrobora tutti i sensi, & le virtù in vn biãco, & odorifero, nei qual sia cotto vn rametto di saluia, lauandosi con esso caldo vna, ò due volte il giorno le mani, & il viso. Deuono ancora i vecchi tener spesso la saluia in bocca, lauata in prima col vino, che è a i denti, & a i nerui amicissima. Bisogna ancora non far troppo dimora nel bagno; impe-roche si dissoluono le virtù, si confonde l'intelletto, si muoue la nausea, il vomito, e la sincope: Doue che facendouisi debita dimora, apreno i meati della pelle, tira il nottrimento a i mẽbri, humetta il corpo, fa venire appetito, assottiglia gl'humori grossi, si minuisce la ripienezza, risolue le ventosità, leua le lassitudini, mitiga i dolori, prouoca il sonno, stringe il ventre; nuoce a i grassi perche in loro colliqua gl'humori; che tirandoli poi a qualche parte del corpo vi causa postema. In somma intorno alli bagni bisogna ricordarsi che

Vscita del bagno.

Saluia cotta in vin corrobora.

Dimora del bagno.

Effetti del bagno.

Balnea, vina venus corrũpunt corpora nostra,
Adiutam faciunt balnea, vina, venus.

Si quis ad interitum properet, via, trita patebit
Huc iter accelerant, balues, vina, venus.

DELLE FRITT IONE.

Si rogitas citius pinguescere lote, sequatur
Balneas, sirq; leui frictio facta manu.
Sensibus illa fauet, calor hic viget omnis, aluntur
Effœta hinc melius membra, caputq. valet.
Quid non humanum ingenium, sapitè ægra moueri
Corpora cum nequeunt, frictio prompta subest.

Frittioni & loro effetti.

SOno le frittioni ancora molto vtili a cōseruarlo sanità, & massime a i vecchi. & l'operationi, & l vtilità lor sono grandi, imperoche prohibiscono, che gli humori nō corrano alle gionture, & aiutano la digestione, se si fanno in debito tempo, cioè cacciati prima fuori del corpo gl'escrementi, alleggeriscono il corpo, aprono i pori, da i quali più facilmēte suapora no le superfluità, percioche tirano il sangue alle parti esteriori velocemēte, & fau spessi i corpi rari, & rari gli spessi, molli i duri, & duri i molli, & finalmēte corroborano, & accendono il calor naturale, & eccitano la virtu vitale: onde la distributione de i cibi, & la notritione è più pronta, & più facile, ma c'han da far le frittioni fino a tanto, che dilettano, & sono grate. Et son molto conuenienti a i vecchi, l'Estate, & l'Autunno, che resi prima gli escrementi della

Frittioni per esser citio.

vesica.

vesica,&del ventre,se i vecchi per debolezza,o per occupatione non possono fare essercitio, in suo luogo vseranno breui,& mediocri frittioni,come si è deto di sopra. Non è ancora male alcuno la Primauera,& l'Autunno dopō l'Equinotio, con consiglio di qualche prudente Medico, purgarsi da quelle superfluità che ritenute potrebbon dare la state,ò in verno qualche trauaglio.

DI VENERE

Est Veneris fugienda tibi immoderata voluptas,
Nam capiti, mentisq;nocet,sensuq.retundit,
Virtutemq; habetat animalē, & corporis omnes
Debilitat neruos,infirmaq; pectora reddit.
Parca tamen laudando quidē est hæc vna calorē
Excitat,hæc hilares animos facit:inde sequuta
Membrorum leuitas,torporem expellit. & infer
Spiritibus vitam:præsertim tibi purpureum ver
Autumnusue suum exponit maturus honorem,
Tādē hyeme,atq;estate Venus lethale venenū est
Crebra Venus neruos,animū,vim lumina,corpus
Debilitat,mollit,surripit,orbat,edit.

IL fin di Venere deue essere la pocreation de i figlioli,cō la consorte, congiunta per santo matrimonio, ma il suo vso deue essere moderato,che così fa gl'huomini lieti,eccita il ca

Coito moderato

lor naturale,fa il corpo leggiero,mitiga le passioni dell'animo, viuifica i sensi, & gli spiriti. Ma l immoderato indebolisce lo stomaco, la testa,tutti i sensi,i nerui,& le gionture,& accelera la morte. Quelli poiche deuono viuere castamente; non hauendo moglie, lassino fare alla natura, & ricorrino a digiuni, & è mirabile inuention della natura di conseruar la spetie, la generation di nuoui animali, essendo cosa ragioneuole dare ad altri quella vita c'habbiamo hauuta noi da i nostri progenitori, & noi n'aquistiamo, che i nostri figli rendano a i deboli,& vecchi,quel c'han da noi riceuuto,cioè che ci nudriscano, & sostentino, come lor fur da noi sostentati, & nodriti, quando andauano brancolando per terra.

...oito im...odera...

...igli de...itori a i ...adri.

DE GLI ACCIDENTI dell'Animo.

Iam satur est ventre, rumet hic, iacet ille supicus.
Iam properent risus ira timorque abeant.
Modosæ rerum causæ, & sublimia cedant,
Naturæ ingenia hæc non capit iste iocus;
Sẽsibus addicta est nunc mens, sub sensibus extãt
Delitiæ, gaudent carda, iocosque parant.
Gaudia sectentur risus, dulcesque cachini,
Lusus, firma fides, spesque salax.
Letitia, & risus reparant me, gaudia seruant
Incolumen, examinan ira, metusque graues.

Re-

Redēdum est hilares conuiuæ, amentia magna est
Si sin, mus celeres accelerare rogos.

CAP. V.

LE passioni dell'animo hanno gran poten-za d'alterare i corpi nostri; imperoche fanno mouimento ne gli humori, & nelli spiri-ti: & questi moti immoderati, ò subiti si fanno dal centro del corpo alla circonferenza, come l'ira, e l'allegrezza, ouero dallá circonferenza al centro, com'è il timore, & simili, dalle quali viene gran mouimento ne gli spiriti; & per questo bisogna grandemente fuggire queste passioni, essendo che troppo diseccano, & alte-rano i corpi, Perturbandoli, & dalla naturale complession loro transmutandoli, & per que-sto si chiamano da Platone infirmità dell'ani-mo, come sono l'ira la mestitia, la melancolia, l'ansietà, l'esclamare, il furor, l'impeto, conten-tione, rissa, odio, inuidia, angustia, timore, ver-gogna, pensieri dispiaceuoli, desideri sfrenati, l'audacia, l'incontinēza, l'importunità, l'iniqui tà, l'ambitione, la diffidenzá, la speranza, il gau dio, e simili, le quali tutte cose oltre che grāde-mente il corpo offendono, trauagliano l'animo ancora, impercioche l'ira, e la souerchia mesti-tia affligono gli spiriti, dissecano l'ossa, este-nuano la carne, riscaldano il corpo, l'abbruscia uo, & lo mettono sossopra dal suo stalo natura-

Passioni dell'animo.

Ira.

Alegrezza.

Timore.

Passioni dell animo.

le,donde vengono poi molti mali,come catarri,&flussione alle gionture;quantunque queste passioni, quando son mediocri, qualche volta conferiscono a gl'huomini,& nõ leggiero aiuto lor prestino:imperoche l'ira eccita,&accresce il calor naturale e spesse volte è vtile l'adirarsi,per riparare il calor naturale,& per radunare il sangue nelle vene:& per questo nell'infirmità frigide è da eccitare l'ira,come da fuggirla nelle calde. Oltre a ciò le passion dell'animo,come la melanconia indebolisce la digestione,come l'allegrezza fortifica. Et questa è la potissima cagione,perche gl'huomini più de gli altri animali son esposti alle crudità, perche gl'animali brutti, quantunque mangino a satietà, nondimeno non impediscono la virtù naturale,che concuoce i cibi,percioche eguale in loro la virtù cõcottiua,& appetitiua,ma gli huomini con diuersi pensieri, & perturbatione d'animo diuertono questa virtù dalle sue operationi,& quantunque mangino sobriamente, cascano in crudità, donde poi nascono molte infirmità, & per questo si fuggano cõ ogni potere i pensieri tutti delle cose miserabili,& tutte l'altre cose,che possano perturbar l'animo, & sempre di tutte le cose si speri bene, perche star con la mente allegra in tutte l'infermità è bene,come il contrario è male;ne è da fermarsi lungo tempo nell' imaginationi, perche come si dice:L'imaginatione fa il caso.E da guardarsi

Ira.

Melanconia.

Allegrezza.

Crudità.

darsi ancora dal frequẽte lagrimare, dal gran furore, e dall'appetito di vẽdetta, perche queste cose indeboliscono il ceruello, & prohibiscono la digestione dalle materie: cosi ancora il souerchio timore, atterra la virtù, & tutti questi accidẽti dell'animo impediscono la cõcottione, prostergono la virtù, e mutano il corpo del natural suo stato: percioche per il timore gli spiriti, e'l sangue si ritirano, e riducono dẽtro al cuore, onde i mẽbri si rifreddano, il corpo s'impallidisce, vien il tremore, si interrõpe la voce, & tutte le forze mancano, imperoche il timore mentre s'aspettano i mali, induce sbattimẽto d'animo, il qual commoue gli spiriti, & questi commossi, tutto il sangue perturbano, onde poi le crudità nascono, & le putredini. L'ira è vn moto molto vehemente del calore, che nelle parti estreme con impeto si diffonde, & per questo nell'ira si fanno più rossi, & più pronti i corpi ad ogni sceleratezza: l'ira ancora cõmoue il core al la vendetta, il qual commesso riscalca assai il corpo, e lo dissecca, & per il suo feruore tutte l'attioni della regione si confondono; & per questo si dice, l'ira essere vna accẽsione di sangue circa i precordij, per l'appetito dell a vendetta; & per questa causa gli adirati hanno il polso grande, & gagliardo, come i timidi l'hanno picciolo, & debile, perche il calore ritorna in dietro. Ma in questi casi hora il calor naturale ritorna dentro, & hora fuori.

Lagrim

Timori

Ira.

l'vn

l'vn, e l'altro di questi moti si scorge nella vergogna, che prima il calor si ritira dentro, poi ritorna fuori, che non ritornandosi causa il timore, & non la vergogna. Se poi queste cose, che subito patiscono gl'huomini, si patissero a poco, a poco, si causarebbe la mestitia, che corrompe, e guasta la natura de gl'huomini, l'estenua, l'infragidisce, & la dissecca, ottenebra gli spiriti, offusca l'ingegno, & oscura il giudicio, indebolisce la memoria, & impedisce la ragione, & spesso da questi repentini moti dell'animo si causa la morte, perche o si dissoluono le virtù dell'animo, che consistono nel calore, o veramente s'estinguono per la troppa frigidità: & per questo molti son periti per troppo timore, & per troppa mestitia, che andando tutto il sangue al cuore, & gli spiriti, si soffoca il cuore, & ne segue la morte: & però Rutilio riferitoli com'era stata negata la dimanda nel consolato del fratello subito spirò, & il medesimo auuenne a M. Lepido per il souerchio dolore doppo il repudio della moglie. Leggesi parimente, che per la souerchia allegrezza molti sono morti come ancora per subito dolore, ò timore, come per souerchia ira non mai, perche per la souerchia allegrezza la facoltà animale rilassata si trasferisce alle parti esterne, & risoluesi, & indi rimane il cuor solo, & si rifreda, onde molti Pusillanimi son morti. Molti altri poi perver

Vergogna.

Mestitia.

Morte.

Allegrezza.

gogna son morti, come si legge di Diodoro,& d'Homero:per la qual cosa sẽpre queste passio ni dell'animo si deuono pigliare con certa me-diocrità, & massime l'allegrezza si deue sẽpre cõ mediocre riso accõpagnare,che cosi eccita il calor naturale, tempera, & purifica tutti gli spiriti animali,corrobora l'altre virtù aiuta la digestione,assottiglia l'ingegno, & fa l'huomo habile a tutte le operationi, mantiene la giouentu,& finalmẽte prolũga la vita; & è il gaudio vtile ad ogni persona,eccetto a quelli c'hã bisogno di smagrirsi, imperoche ingrassa, & moltiplica nel corpo la carne, & l humidità in sõma nessuna cosa è più a proposito a conseruar la sanità,che il giubilare,& viuere allegramente,nõ turbarsi,non adirarsi, sempre hauer buona sperãza della salute. Si che tutte queste cose siano moderate,perche sẽpre è da eleggere la mediocrità, & per questo disse Hippocrate,la fatica il cibo,il bere,il sõno,& Venere, tutte queste cose siano mediocri perche.

Vergogna.

Giouẽtù.

Vita.

Mediocrità in tutte le cose.

Et modus in rebus, sunt certi denique fines.
Quos vltra,citraq; nequit consistere rectum.

L'homo adũque che vuole esser sano pratti chi per i giardini,guardi le verdure,& luoghi ameni,& cõuersi cõ amici giocondi, & facondi,cõ suoni,& cãti, che per queste cose si ristori la virtù, & si come la virtù,e la forza s'accrescon col cibo, col vino cõ buoni odori cõ trãquilità,& allegrezza, e col lasciare le cose,che attri-

Sanità.

attriſtano,& col conſeruar con gli amici; così parimente conferiſce aſcoltare hiſtorie grate, fauole,&ragionamenti piaceuoli,con ſuoni,& canti, e con diletteuol lettione: ma il leggere non ſi faccia col capo baſſo,ma eleuato,& con occhiali verdi, per corrobar più la viſta. Oltre a ciò conferiſce molto vſar veſti pretioſe, e di color grato & portare anelli d'oro, o d'argento,tener vccelletti in caſa, che ſoauemente cantino, practicar per luoghi ameni, caminar all'aer chiaro, e leuarſi la mattina a buon'hore,che non ci è coſa,che rallegri più gl'huomini,che riſguardar l'aere chiaro,& leuarſi a buon' hora,che come dice Ariſtotele,molto conferiſce alla ſanità,& alli ſtudij. Finalmente è da ſapere, che il cielo con la ſua allegrezza ci ha creati, & con la noſtra allegrezza conſeruati. E finalmente da guardarſi nelle auerſita non mancar d'animo, o nelle proſperità fuor di modo rallegrarè, come leggiadramente ci ammoniſce il Poeta Lirico con queſti verſi,

[L]eggere. [O]cchiali. [V]eſti. [L]euarſi [a] buon' [h]ora. [A]llegrezza.

Rebus anguſtis animoſus,atque
Fortis appare ſapienter idem
Contrahes vento nimium ſecundo
Turgida vela

&

Acquam memento rebus in arduis
Seruare memento, non ſecus in bonis
Ab inſolenti temperatam
Lætitia.

Deb.

Debbiamo dunque con ogni diligenza ben comporre l'animo nostro, attendendo cõ ogni potere, a conoscer la verità, che questa è quella ambrosia delli Dei, della quale l'animo si nutrisce, & con la frequenza de gli studij buoni fermar gl'affettuosi motti dell'animo, accioche i fieri desiderij, le mestitie, e i rumori, si discaccino lontani nè permettiamo, c'habbino in noi tãto luogo, che ci faccino discostar dal dritto sentiero, & il corpo distrughino: promettendoci dunque la Filosofia; (che è la medicina dell'animo) di estirpare la radice di tutti i mali, lasciamoci sanar da essa, se vogliamo esser buoni, & beati, & da lór prendiamo gl'auertimenti del bene, & beatamente

Verità Ambrosia dell i Dei.

Filosofia.

Viuer beato.

AVERTIMENTI NE I CIBI, Et nel bere.

CAP. VI.

Finalmente per conseruar la sanità del corpo humano, è il cibo, & il bere principale instrumento, conciosia che senza i cibi, nè sani, nè infermi possiamo viuere. E dunque l'vso de i cibi necessario, perche essendo tutto il corpo de gli animali in continuo flusso, che in ogni momento di tempo si cõsummano, & risoluono gli spiriti del corpo, & similmente gli humori,

Cibo. Bere.

mori,

mori,& le parti,solide, se vn'altra simil sostanza in vece di quella, che s'è risoluta non si ristaura,breuemente si viene alla morte. Al qual mancamento, volendo prouedere il Creator di tutte le cose, con la sua benificenza diede a gli huomini i cibi,e il bere,accioche con il cibo si ristorasse tutto quello, che si era consumato della sostanza più secca, & col bere, tutto quello che dalla più humida sostanza s'era risoluto. Deuesi dunque ne i cibi considerare la bontà, la quantità, la consuetudine la diettatione l'ordine,il tempo,l'hora, la natua, la regione,& l'età.

Morte.

La bontà, & perche quello è buon cibo,che è leggiero,& di parte sottili,di buon succo, & che in breue tempo discenda dallo stomaco,& che presto si digerisce,quel cibo è di buon succo, dal quale si genera buon sangue,& il buon sangue è quello, che è tenperato nelle prime qualita nõ sottile,nõ grosso,non acre,nõ mordace,non amaro, non salso, ouero acetoso, la bontà del cibo è,che facilmente si alteri.& digerisca,& questi sono quelli,c'hanno la sostãza lor tenera, & che facilmente si dissolue, come sono l'oua, le carni di vccelletti, & simili. Ma quei cibi son difficile digestione,che han la sostanza contraria,come sono i cibi di pasta,panazimo;ò durori caoli,cascio vecchio,faue,fagioli agli cipolle, & gl'intestini de gli animali tutte cose da fuggirle. Si elleggano dũque quei cibi,

Bontà de cibi.

Cibi buoni.

Cibi cattiui.

cibi,che cõ ſucco lodeuole riſtaurano l'humido radicale,ouero,che non ſia groſſi, & eſcrementoſi,percioche il calor naturale debile maſſime de'vecchi,non può digerire i cibi di groſsa ſoſtanza,ne meno ſiano i cibi debili,cioè di poco notrimento,perche ſimili hanno breue vita.

Le quantità de i cibi ſi corrompe dalle forze,percioche tanto cibo ſi deue dare, quanto le forze ſopportano,cioè che ſi riſtorino,& nõ ſi aggrauino,e che ſi poſsano digerire, che eſſendo il calor naturale debile,non ſi poſsa concuocere,& cauſano infirmità: per queſto ſi dice,che non deuono rallegrarſi quei,che pigliano molto cibo, perche ſe non dogliono al preſente nondimeno non fugiranno il pericolo.

Quātità de' cibi

Vſo, Crapula Aſtinenza.

L'vſo adũque de cibi ſia moderato, perche ſi come la crapula nuoce,così la ſouerchia aſtinenza non gioua,onde chi vuole attendere alla ſanità mangi ſempre ſenza ſatietà, che reſti qualche reliquia d'appetito,che chi fa altrimẽte patirà tutti acidi,fluſſi colerici di ſoura,e di ſotto,nauſea,proſtratione di appetito,grauezza di teſta,dolor di ſtomaco,opilation di fegato,e di milza,diſſenteria,e finalmente febri maligne,E per queſto è meglio laſciar sẽpre qualche coſa alla natura, che quei che ſi riempino troppo ſi ritrouano in grã pericolo della vita, ò che il calor naturale ſi ſoffochi, ò che qualche vena ſi rompa,percioche da molti cibi, ne vengono infirmità,& dalle infirmità la morte.

Osseruisi adunque in tutte le cose, massime nel cibarsi, quella sentenza; Niente troppo: Non solo ne i sani ma etiãdio ne gli infermi, i quali nel cibarsi deuono hauer la legitima misura, perche l'infirmità diuerse, vogliono diuersa misura del cibo, percioche ne i mali lũghi bisogna cibare più largamẽte, come più stretamẽte ne gl'acuti, e quando il male sarà nel suo vigore, bisogna vsar vitto tenuissimo: ma sempre si deue auertire, quanta sia la tolleranza della virtù o quanto possa durar con quel vitto.

Qualità. La qualità de i cibi tanto ne i sani, quãto ne gli amalati, si comprende dalla complessione, la quale è da conseruare cõ i cibi simili ne i sani, ma ne gli infermi, sono da dare cibi di contraria qualità, che nell'humido temperamẽto si conuengono i cibi secchi, & nel seco gli humidi, & per questo il cibo humido è cõueniente à quei, che hãno il tẽperamẽto humido, come i fanciulli, o ueramẽte a quelli, che da qual che mal secco sono infettati, come i febricitanti. Si elegano dũque queicibi, che secõdo la varietà delle complessioni sia conueniente. I sanguigni adunque fugano i cibi calidi, & humidi, & che generano molto sangue. I colerici si guardino da quei che generano la collera, & così i flematici, & malenconici si guardino da quelli, che generano simili humori: Per il che i sanguigni, e i colerici guardinsi dalle cose dolci, come mele zuccaro, butiro, olio noci, & simili,

mili, & vsino più presto l'aceto, l'agresta, e l'acetosità de' cedri, limoni, & granati. I cibi ancora, non deuono in alcuna qualità eccedere, che quelli che eccedono in calidità, abbrusciano il sangue come la saluia, il pepe, l'aglio, il nasturtio, e simili. E se la calidità sarà aquosa, come nei meloni, causa putredine, e se velenosa come ne i fonghi, amazza, se sarà humida si putrefa, & opila, & se la calidità sarà seca, consumma, & indebolisce. Ma se i cibi saran troppo frigidi, mortificano & congelano come la lattuca, la portulaca, e i cocumeri. I cibi ontuosi leniscono il ventre, humettano, & accrescono la flemma, e il sonno, supernatano, & impediscono la digestione.

I cibi dolci opilano. Gli amari nõ notriscono punto, & abbrusciano il sangue. i salsi riscaldano, & disseccano, opilano, & son nociui allo stomaco. Gli acuti per la calidità loro riempono la testa, & perturban la mente, come gli agli, il porro, & le carni salate. i bruschi, & stitici constringono oppilano, & generano sangue malenconico. Gli acetosi genera malenconia, nuocono a membri neruosi, & per questo fanno presto inuecchiare.

Consuetudine.

La consuetudine nel cibarsi è gran momento, onde gli Antichi han detto che la cõsuetudine è vn' altra natura; onde si come ne' cibi è da hauer rispetto alla natura: cosi bisogna ancora osseruar la conrueudine, la quale è gran

dice nella conseruacione della sanità, e nella coration della infiermià. ma è ben d'auertire, che se la consuetudine sarà cattiua, si deue a poco, a poco mutarla in buona, che le repentine mutationi son tutte da fuggire.. Onde è bene di assuefarsi ad ogni cosa, accioche la mutatione non sia poi dannosa,

Ordine. L'Ordine ancora de i cibi è da osseruare, onde i cibi facili digerire, facili a descēdere, e che son più teneri pigliandosi dopò supernatano, & si corrōpono. Le cose facile a digerirsi si conoscon dalla facilità del mangiarli, & del cuocerli presto al fuoco. Questi adunque deuono sempre precedere i cibi contrarij, & se si haueranno a mangiare cibi arrosto, & allesso, si cominci dall'allesso come più facile a digerire, & il simil s'intenda dell'oua tenere e late. Sēpre adunque le cose facili adigerire alle difficilli, l'humide a lle seche, le liquide alle solide, & le lubriche all'astringenti si proferiscono. Tutto questo si intende ne gli stomachi ben disposti

Delettatione. La delettatione ancora è da considerare, perche quanto i cibi son più soaui tanto più facil mente si digeriscono, che lo stomaco più volentieri gli abbraccia: Ma è da auertire, che non per questo si deue sempre dare cibi cattiui a gli malati, ma bisogna conceder solamente quelli, che nuocono poco, & che il loro nocumento facilmente corregasi.

Il tempo, & l'hora del cibare è quando essendo

ſendo lo ſtomaco voto del cibo precedente,& la mattina auãti che l'Aere ſi riſcaldi, e la ſera quãdo l'Aere comincia ad eſſer ben caldo, ma con limitationi,che per otto hore ſia vn paſto diſtãte dall,altro, queſto la ſtate in luochi freſchi, e con panni ſottili che non riſcaldino,ò faccino venir il ſudore, ma l'inuerno ſi facci il contrario,Non biſogna oltre a ciò quando viẽ l'appetito tardare il mãgiare, che il tolerar la fame rẽpie lo ſtomaco di putridi humori,per che nõ hauendo il tẽpo dell'appetito altro nutrimento,tira da i luochi vicini le ſuperfluità, riempiẽdoſi di catiui humori. Gl'infermi poi nell'hora del paraſiſmo non ſi deuon nutrire. Biſogua parimente auertire i tempi dell'anno, perche l'inuerno ch'è frigido,& humido, biſogna mangiar aſſai,e beuer poco, ma il vino ſia potente.La ſtate che è calda,& ſecca,ſi dee auertire di mãgiar poco,ma beuer aſſai, & molto tenperato. La primauera è da mãgiar vn poco manco dell'inuerno,ma beuere vn poco più. Coſi l'Auttuno ſi mãgi vn poco più che la ſtate,ma ſi beue manco,& meno inaquato, & a queſto propoſito ſi leggono queſti verſi.

Hora del mangiare

Tempi de l'anno.

Temporibus veris,modicum prandere iuberis.
Sed calor æſtatis, dapibus nocet immoderatis;
Autumni,fructus caueas,ne ſint tibi luctus,
De menſa ſume quantumuis tempore brumæ.

Età.

Cibi conuenienti all'età.

L'Età ſi conſidera ancora del cibare,perciochè a i fanciuli ſi cõuengono cibi humidi, & a

i giouenì essendo caldi,& secchi, si cõuengono cibi contrarij. A i vecchi son buoni i cibi, che riscaldino, & humettino le solide parti loro. I

Fanciulli. fanciulli oltre acciò bisogna cibarli spesso: per hauer il calor naturale gagliardo, ma a i vecchi si conuengono pochi cibi, essendo debile il lor calore.

Vecchi. Più nutrimento ancora vogliouo i fanciulli, e i giouinetti; ma minor quantità ricercano i giouenì, & i vecchi; & per questo i vecchi tollerano facilmente il digiuno, nel secondo luogo sono i giouenì, manco lo tollerano i giouenetti & meno di tutti i fanciulli, massime quelli, che son più viuaci.

Giouenì.

Regioni. Le regioni ancora nell'elettione de i cibi son da considerare, perche l'herbe, frutti, e le carni; le quali in Italia, e nella Grecia quelle di Montone son poco gioconde, & in Francia, & in Spagna son più soaui, & più sane, & per lo contrario le carni di vitella sono in Italia migliori che in Francia, & in Spagna, & questo procede o dal cielo, ó da pascoli.

Natura. La natura finalmente è da cõsiderare di ciascuno, & le particolari proprietà, & per questo bisogna che l'ottimo Medico sia Filosofo; Percioche alcuno abborrisce il cascio, altri il vino, altri l'aglio, altri che son magri, e di calda, & secca complessione, due ò tre volte il giorno desiderano di mangiare, & altri che son grassi, & humidi, si contentano mangiare vna volta sola il giorno, che a quelli, che hanno i corpi

grassi, & grossi, il mangiar due volte il giorno è nociuo.

Bisogna oltre acciò nel cibare osseruar le Regole infrascritte.

Regola nel cibarsi.

I. Non si mãgia satietà, percioche se si piglia più cibo di quello che lo stomaco possi tollerare, nascono infinite crudità, & per questo è meglio astenersi vn poco, che riẽpirsi troppo, perche com'è scritto, ammazza più la crapula, che il cortello, che la souerchia copia de i cibi, soffoca il calor naturale, come la gran copia di olio estingue la fiamma della lucerna, & per questo bisogna leuarsi da tauola con appetito, come non bisogna entrarci senza appetito.

II. La Varietà de' cibi, & la diuersità delle viuande è da fuggirla, perche apportan molte infirmità, massime se i cibi saran di contraria qualità, perche si indebelisce la loro cõcottione, & si corrompono, e si come la varietà de' cibi diletta al palato, così nuoce alla sanità. Onde interrogato vn saggio huomo, perche nel pranzo si cõtentaua d'vn cibo solo: Rispose, per non hauer troppo bisogno del Mediro. Onde vn cibo semplice è vtilissimo come la diuersità de' sapori è pestifera, e la moltitudine delle viuande è dannosa. Et per questo gli Antichi viueuano molto più di noi, perche vsauano vn semplice cibo, cioè pane, e carne, & per questo la vita nostra è breue, & esposta a tante infirmità. Non veggiamo noi i ca-

i caualli, e'buoi, e gl' altri animali irrationali poco hauer male sempre vsando vn cibo medesimo? & per questo quel Filosofo venendo in Italia, di due cose restò marauigliato, l'vna che gli huomini mangiassero due volte il giorno, & che non dormissero mai soli.

III. Che standosi a mensa non si ragioni molto: accioche non si prolunghi il tempo della mensa, & che il primn cibo sia digerito prima che l'vltimo, & così le parti del cibo si faccino dissimili nel digerirsi, che ne segue corruttione, & putredine.

IV. Che non si rimanghi poco dapoi, aggiungendo cibo a cibo fin che il primo non sia digerito.

V. Che i cibi si mastichino bene, che questa si chiama la prima concottione, & è quasi mezza digestione, doue che la mala mastigatione mpedisce, e ritarda la digestione, nè si deue velocemente inghiottire, come si fanno i golosi, ma si mastichino i cibi a bastanza prima che si inghiottino, & si faccino piccioli.

VI. Che ogni cibo caldo è meglio, che il rifreddato, massime l'inuerno, che l'attual calidità del cibo tempera la frigidità del bere, ma non si deue mangiare però calidissimo. Piace il cibo caldo, perche essendo la fame vn desiderio di cose calde, e seche, sempre desidera i cibi caldi, come la sete, che è appetito di cose frigide, & humide, apperisce le cose frigide.

VII. Che

VII. Che l'inuerno si vsino i cibi grossi, perche in quel tempo il natural calore è più vnito ne gli interiori, che il contrario auuiene la state, & per questo in quel tempo, conuengono cibi debili, & leggeri essendo all'hora il calor naturale debile.

VIII. Che il cibo sia doppio al bere, il pane sesquiduplo all'oua, triplo alla carne, e quadruplo a i pesci, all'herbe, & a i frutti.

IX. Che i brodi non s'vsino troppo nelle mense, che fanno inondare i cibi nello stomaco, rilassandolo, & leuando l'appetito, generano molta humidità, dalla quale poi si generano varie infirmità, doue che quelli che mangiano cibi secchi viuono più longo tempo.

X. Et perche finalmente ne i cibi, & nel bere è difficile fare ogni cosa rettissimamente, & nõ errar mai, per questo è vniuersalmente da osseruarsi, che se alcuna volta si mangino cose cattiue, si contemperino con i cibi contrarij.

CHE COSA SI HA DA FARE Dopò il cibo.

SEmpre dopò il cibo si piglia qualche cosa stitica, senza beuerci sopra niẽte, o poco, come peri, nespole, cotogne, vn poco di cascio, ò vn poco d'acqua fresca, che cõ queste cose si sigilla la bocca dello stomaco, onde il calor naturale

turale si fà più gagliardo, e si impedisce l'ascēdere i vapori alla testa. Molti prendono dieci coriandoli inzuccherati, altri vn pezzo di cotognato, quale aiuta la digestione, e la debolezza dello stomaco, & per questo disse il verificatore.

'otogna o.

Si vis me mitem si vis dirimere litem,
Da diaci donitem da mihi frater item.

E dopò il cibo bisogna passeggiare alquanto, e poi sedersi. Onde si dice.

Post cibum aut stabis, aut gradulente me abis.

QVAL DEVE ESSERE Più copioso il pranzo o la Cena.

Cena. Pranzo.

MOlti dicono, che la cena deue essere più copiosa, che il pranzo, massime l'inuerno essēdo che il calor naturale la notte si ingagliardisca, ma il contrario poi nell'infirmità, & la state, che il pranzo deue esser più lungo, & se non vi sia sospetto di parosismo: Perche poi la cena più copiosa sia più sana, dicono procedere, perche la frigidità della notte, riuoca il calor naturale all'interiori, onde si fa meglio la digestione, & la concottion de i cibi, oltra che il sonno concuoce ottimamente i cibi, non solo nello stomaco, ma in tutto l'habito del corpo, & nel vegghiare accade il contrario; che il calor naturale si estende nelle parti esterio-

esteriori del corpo, debilitãdosi nell'interiori. A questa opinione è cõtrario l'vso, massime in quelli che sono esposti a catarri, & a mali flẽmatici; imperoche la sera il calor naturale, per i negotij del giorno stãco, nõ è cosi gagliardo come la mattina, & la sera il cibo della mattina non è ben concotti; la risolutione di questo dubbio, è che la cena deue esser più leggiera, massime in quelli, che son disposti a morbi notturni, come sono catarri, destillationi, & simili: oltre che dalla copiosa cena, si fan molte euaporationi alla testa, onde non poco ne resta offesa, & per questo ne i mali del ceruello si deue poco cenare: nè osta che sia manco interuallo di tempo dalla cena al pranzo, che dal pranzo alla cena, & per questo la sera maggior copia de i cibi si concuocerà: perche nõ il numero dell'hore, ma l'attion della virtù è quella che concuoce, la quale la mattina fatta per il sonno più forte, viene a essere più valida, & per questo, a quel tempo più che la sera conuiene più copioso cibo; Perche.

Cena piu leggiera.

Cibo copioso.

Ex magna cæna stomaco fit maxima pæna,
Vt sis nocte leuis, sit tici cæna breuis.

&

Cæna leuis, vel cæna breuis, fit rarò molesta.
Magna nocet, medicina docet, res est manifesta.

AVER-

Frumenti.

Frumēti. *I Frumenti sono chiamati il Farro, la Segala, l'Orzo, il Grano & la Spelta. Si conoscono i buoni dal colore dallo splendore, dal peso, dall'ordine, & dal l'età: perciòche i frumenti nuoui son trop humidi, & viscosi, & difficilmente si digeriscono, son ventosi. Gli antichi son secchi, & poco nudriscono.*

FARRO.

Vtile Fas stomacho, ventriq; salubre fluenti.
Estq; boni succi, atq; impinguat, sistet, & alluum
Ventriculusq; æger facile non concoquit illud.
Attamen id capitis poterit mulcere dolorem:
Hoc vitare senes debent, namq; inflat, & affert
Viscosum, & crassū succū, sed ad illa fugandum
Melle hoc conditum sit, sacchareoq; liquore.

Nomi. Chiamasi da Lat. *Far*, da Ital. Farro.

Farro. Scelta. Il miglior farro e quello, che è fresco & bon mondo.

Qualità. Hà le medesime qualità, che il grano & l'orzo: ma nelle prime qualità è temperato.

Giouamenti. Et il farro di gran nutrimento & per questo mangiato ne i bibi nutrisce bene, & ingrassa i magri, & da maggior nutrimento

Magri ingrassare.

che l'oro, & perche è di grosso nutrimento conferisce ne' flussi, e ne' catarri come il riso. Ma cotto ben in brodi grassi mollifica il corpo. I Romani vsauano il farro per farne il pane molti anni.

Fassi il farro di grano, mettēdolo a molle nell'acqua per un poco, poi nel mortaio si scorza e si secca al Sole, & indi si macina grossamēte, di modo che di un grano si faccino quattro, ò cinque parti, & seche riserbasi; è di buon nutrimento in tal maniera, che può emendare i vitiosi humori, che nello stomaco si cōtenessero. *Farro di grano.*

Nocumenti. Non essendo ben cotto, & preparato genera grossi, & viscosi humori, & è ventoso, & mangiato da chi ha lo stomaco debile difficilmente si digerisce: & per questo non si conuiene a vecchi, & vsato troppo spesso opila il fegato & genera le renelle.

Rimedi. Corregasi il farro cocendolo molto bene con aceto, & con porro, & condito con mele, o zuccaro perde la sua viscosità, & facilmente si digerisce, & cotto in inbuon brodo, è ottimo cibo per i sani, & per gl' infermi pur che moderatamente si mangi.

In molti luoghi se ne fanno torte, chiamate farrate, che per la condittura loro sono grate al gusto, & son di grande, & buon nuttrimento. *Farrate.*

GRA-

GRANO.

Aegre *concoquitur* Triticum,*sed calfacit,atque*
Obstruit, offenditque caput fletuque redundat;
Ventriculūq; grauat,formēta pluraq; ministrat.

Grano. Nomi Lat.*Triticum.* Ital.*Grana.*

Spetie.Sono molte ſpetie del grano, nominate da i paeſi,dal colore,della facolta,dalla forma,dal numero delle ſpiche,& della grãdeza.

Grano ottimo. Scelta. L'ottimo grano è quello che è ben maturo dẽſo,& duro, che a pena con i denti ſi rompa,& ſia nato in graſſo terreno, netto da ogni meſcuglio,pieno,graue,lucido,liſcio, di color d'oro,& di quello almẽ di tre meſi. Quello che ſi raccoglie in montagna è migliore, maſſime l'Italiano, il quale ſupera tutti.

Farina. Giouamenti. Nutriſce grandemente, & il ſuo nutrimento è ſodo, & valoroſamente corrobora, La farina di grano cotta in latte, ò in acqua cõ butiro leniſce aſprezza della gola,mitiga la toſſe, gioua a gli ſputi del ſangue,e al-

Farinata. l'vlcere del petto, & in acqua melata mitiga tutte l'infiammagioni interne,onde ſe nella farina le quali fatta con acqua, e peniti à cibo cõueniente a quelli,che patiſcono la pontura.

Nocumenti. E cibo graue,& difficile a digerire, genera humori groſſi, & viſcoſi, mangiato cotto genera ventoſità, & pietre nelle reni, & nella veſſica,& moltiplica i lumbrici nel ventre.

Rimedi.

Rimedi. Si lauano i nocumenti del grano col cuocerlo bene, & col condirlo con buone spetie, che così è manco ventoso, & più facilmente si digerisce.

ORZO.

Hordea dant nocuum panem, sine crimine succum
Temperat hic bilem, siccat, alitq; bene.
Sicca gelu parui modicæ sunt hordea cœnæ,
Febribus in calidis, pectoribusq; fauent.
Instant, ecclusæ vessicæ claustra relaxant,
Nullus ea adstricti corporis æger edat.

Nomi. Lat. *Hordeum*. Ital *Orzo*. *Orzo.*

Spetie. Ritrouansene di più sorti, sì come si vede ne i granelli, & nelle spiche loro differenti di forma, & di grandezza, & anco nell'ordine de'granelli.

Scelta. Il miglior orzo è quello, ch'è denso, ponderoso, liscio, bianco, & mezano, tra il nuouo, e'l vecchio.

Qualità. E l'Orzo frigido, & secco nel primo grado, oltre l'hauer alquanto dell'asterſiuo, & del mondificatiuo: la sua farina è più disseccatiua, che quella delle faue monde, nutrisce molto meno del grano.

Giouamenti. Nutrisce l'Orzo, & facilmente si conuerte in carne; & è in grande vso diuersi casi della Medicina, apre l'opilatione della *Orzat*

vessica

vessica con la sua virtù asterſiua,& mitiga con l'altre sue qualità l'acutezza degl'humori. L'orzata è humida, & asterſiua, & dassi facilmente a febricitanti, che estingue lor la sete, gioua nelle infirmità del petto, & è ottimo rimedio per gli ethici, percioche è di buono,& copioso nutrimento, & quantunque sia frigida, e nondimeno facile a digerire, leniſce il petto, facilita lo sputo, mitiga la tosse,& mondifica il polmone; ma fanno errore coloro,che volendo, che ella habbia dell'asterſiuo, gittan via la sua decottione, & la stemperano in sua vece con brodo di pollo, che quella virtù se n'è andata nella decottione, & quando si ha bisogno dell'asterſione, si cuoca l'orzo con la scorza, ma quando si vuol refrigerare, & diseccare si cuoca senza la scorza.

Error nell' Orzata.

Nocumenti. E l'Orzo ventoso, & il pane fatto d'Orzo genera freddi, & grossi humori. L'orzata facilmente si inacetiſce, è ventosa, & poco amica dello stomaco.

Rimedi. Cotta l'orzata con diligenza, insieme con hysſopo, spico nardo, ò cinnamomo, è manco ventosa,& renderſi grata allo stomaco, & meglio nutriſce, massime aggiuntoui il zuccaro.

PANE.

Triticus Panis læta ex ragione salubris,
Nec sapiunt lautæ si sine pane dapes.

Fer-

Feruet, & artificis cura conditus amica,
Facunda vincet salgama quæque cibo;
Pituita fermenta adimunt huic mixta tenacem,
Sed faciles aditus membra ad alenda dabit,
Ars bona, si geniti sumus, vt moriamur, amica.
Nos tamen æternum viuere queris ope.

Pane.

Nomi. Lat. *Panis.* Ital. *Pane,* & è cosi chiamato, perche pasce, oueramente viene da Pan Greco, perche si consa con tutti i cibi, & non si fa insipido, anzi dà loro gratia, & sapere.

Spetie. Dalla sostanza, & dal modo del cuocerli si variano le differenze del pane.

Qualità. E caldo, & secco nel primo grado:

Scelta. Il pane fatto di buon grano, ben fermentato, & ben cotto, con vn poco di sale fatto di fior di farina, e perfettissimo.

Parti del pane.

Giouamenti. Nutrisce il pane ben fatto gagliardamente. Ha il pane tre parti, cioè la crosta grossa, la sottile, & la mollica; la crosta sottile è ottima, & dà buon nutrimento solido, & molto salubre. il pan semoloso presto si digerisce.

Azimi.

Nocumenti. Nuoce grandemente il pane mal cotto, mal fermentato, & non salato, massime in Roma fiumidissima, gli azimi, & subcineritij pani sono molto nociui, che fanno opilatione, & non si digeriscono. Il pane che si fa di gioglio fa doler la testa, e imbriaca, & nuoce alla vista, & per questo le donne in Ita-

lia lo scielgono con gran cura e diligenza da grano, & lo serbano per notrir galline. Il pan di spelta è graue & difficile a digerire.

Pan di oglio.

Rimedi. Il pane non apportarà danno alcuno, ogni volta, che sarà ben fermentato, & moderatamente salato, & cotto a moderato fuoco, che così gli si leuano tutti i nocumenti.

AVERTIMENTI NE I Legumi.

Legumi.

SONO tutti i legumi poco grati, & soaui al gusto, & per queste non son vsati da tutte le nationi, ne da ogni persona, che appresso i Principi non sono in vso alcuno, come ancora tra Germani, & Greci, perche difficilmente si digeriscono, ò crudi, ò cotti, che si mangino, causando dolori di giunture, & podagre, & sono o ventosi, & infiatiui, & per questo non son conuenienti nel reggimento della sanità, nè nel principio, nè nel fin della mensa, non nel principio, perche alzano poi gl altri cibi alla bocca dello stomaco, ne in fine, perche inducono sogni malenconici, & cattiui, & generano ventosità, & tutti, che aprono l'orificio dello stomaco, & esalando il calore, la digestione s'impedisce. Però vsandosi alcuna volta, si prendano in mezo de gl'altri cibi, che in questo modo temperasi la malitia loro.

Podagra

Legumi come si curi.

Cit Cicer, extergit, lac auget, sperma, colorem,
Inflat idem, & lapides frangere sæpe solet;
Feruet, & arescit simul omne, sed ignea vincunt
Subnigra pulmani prima alimenta tuo.
Hæc reduti formæ, & vocum concentibus apta,
Si data sint mensas inter vtrasque tibi.
Cortice non posito renes, iecur, atque lienem,
Vesicamq; fouent, & venerem faciunt,
Hæc bona sunt, turgent, sed aquosa nirentia Tusci
Cur tamen in primis ortibus ista norant.

Ceci. Nomi. Lati. *Cicer.* Ital. *Cece.* spetie. Ritrouansene de' bianchi, de' neri, & de rossi; i bianchi son chiamati da alcuni colombini; i rossi venerei, perche più de gli altri eccitano venere; & i neri ariettini, perche si rassimigliano alla testa d'vn'ariete.

Qualità. Son caldi, & secchi nel primo grado, & i rossi son più caldi de' bianchi, digeriscono, incidono, astergono, & espurgano.

Scelta. Si prendano quelli, che son ben grossi, & pieni, & nõ pertugiati, nè mangiati da gl'animali & i bianchi sono più a proposito per cibo, che per medicamento, ma gl'altri sõn più conuenienti per medicina, che per cibo.

Orina Giouamenti. Sono i ceci di copioso nutrimento, atti a mouere il vẽtre, a prouocar l'orina, a generare il latte, & il seme, onde eccitano

Venere, prouocano i mestrui, & l'arietino prouoca più efficacemente de gl'altri l'orina, & la sua decottione mondifica il fegato, leua l'opilation della milza: rompe le pietre, fa buon colore, conferisce al polmone, purga il petto, chiarifica la voce, & facilita il parto.

Pietra.

Nocumenti. Danno i ceci veramente copioso nutrimento, ma sono ventosi, & mangiati freschi, & mal cotti generano molta superfluità nello stomaco, & ne gl'intestini, & nocciono alle reni, & alla vessica.

Così freschi.

Rimedi. Sono manco nociui tenendosi vna notte a molle, & cocendo con loro rosmarino, saluia, aglio, & radice di petrosello, ma bisogna vsar più brodo loro che i cieci, & accompagnarlo con mosto cotto, & cinnanomo: & mangiarne in poca quantità.

Brodo di ceci.

CICERCHIA

Calfacit, & siccat retinetque Cicercula easdem
Cum pisis. vires, æqueq; est vtilis ad res,
Extumidos auget magis vda Cicercula ventres
Et stomachum calido dura minore grauat.

Cicercla.

Nomi. Latin. *Cicercula, Pisum Cræcorum.* ital. *Cicerchia.*

Specie. Ritrouansene di due sorti, cioè domestica, & saluatica.

Qua-

Qualità. E calda, & secca, & non si conuiene a' vecchi, ne meno a stomachi deboli, perche aggraua.

Cicerchia varie sorti.

Scelta. Le migliori sono le grosse, & le bianche, & le intiere, & che non sian pertugiate da vermi, che si generano in loro, se non sono ben secche al sole, quando si raccogliono.

Giouamenti. Sono le cicerchie cibo delle pouere persone, che rare volte ne mangiano i ricchi, hanno le medesime virtù, che i piselli, & vagliono alle cose medesime, ma più efficacemente prouocano l'orina, e sono più grati ne' cibi; & son simili a' ceci ne' medicamenti, danno nutrimento simile a quel de' faggioli, ma nutriscono più per essere di più grossa sostanza.

Nocumenti. Sono le cicerchi non molto facili à cuocere, & difficili a digerire, onde poi grauano lo stomaco, & riempiendo il capo, causano à chi le mangiano vertigini, & generano ventosità.

Vertigini.

Rimedi. Si tengano per vna notte a molle, poi si cuocano con satureggia, mentuccia, otimo, con olio, & aglio, ouero si condiscono con sale, pepe senape, & aceto: si possono vsar da quelli, che si ritrouano lo stomaco gagliardo, & che s'affaticano assai; ma non da quelli, che sono delicati, & viuono in otio.

Est Faba difficilis coctu, mala somnia gignit.
Inflat, alit magis est noxia quando viret.
Vda prius mox haec fit terrea, turgida semper
Est tamen poterit somnia ferre mala.
Fresa minus nocua est, crasses parit illa liquores.
Albentem, intactam gurgulione legas.
Pectoribus, fluidoque aluo vix commoda, ventri
Et capiti est morbus, dedit testiculis.
Hanc pipere, & celebri poteram condire culina.
Vendicat han vilis sed sibi rusticitas.

Faua. Nomi. Lat. *Faba*. Ital. *Faua*.

Qualità. E frigida, & secca la faua nel primo grado, ma le verdi sō frigide, & humide, & sia- no poco lontane dal temperamento nel disec- care, & nell'infrigidire astringono, e risoluono, disseccano, astergono, ingrassano, & son ven- tose. Son buone le faue ne' tempi freddi per le gēti rustiche, & le fresche son buone per quel- li c'hanno lo stomaco calido.

Faue ot- ime. Scelta. La miglior faua è quella, ch'è gros- sa netta, lucida senza macchie, & che non sia stata forata da vermi.

Giouamenti. La faua è di gran nutrimen- to, ingrassa il corpo, espurga il petto e'l pol- mone, & per questo gioua alla tosse, & fa la vo- ce chiara. La sua decottione beuuta prohibi- sce le pietre nelle reni, & nella vessica, & per

certa

certa proprietà sua diuertisce la faua, che le distillationi non vadino al petto, ch'eccitarebbono gran tosse, prouoca il sonno, & gioua all'hemicranea.

Nocumenti. Genera carne molle, & spognosa, facẽdo nella carne quello, che fà il formento nella pasta, gonfia il corpo, genera dolori colici, & tutti, perturba la mente, fà grosso ingegno, fa stupidi, i sensi, e causa sogni turbulenti, & pieni di trauaglio. Le verdi genera molti escrementi, & più leggiermente nutriscono, nuocono à chi sente dolor di testa, & fanno opilatione, ventosità, & grossi humori.

Faue fresche.

Rimedi. La faua franta è più sicura, & manco ventosa, La fauetta, che si fà la Quaresima fritta con olio è manco ventosa. Cotte le faue con sale, origano. ò finocchio, & olio, son manco nociue, & così cocendoui dentro della cipolla, ò mangiandola insieme cruda, ò cocendola senza scorza, con porro soffritto, aggiungendoui poi zafferano, & pepe, & canella, ò cimino, che così leua loro la ventosità, & non gonfiano, & più facilmente si digeriscono. Le fresche mangiate senza la scorza con vn poco di sale dopò gli altri cibi, danno miglior nutrimento, non generano sangue cattiuo, & non son tanto ventose: si deuono in somma corregere con cose che riscaldino, & assottiglino.

Faua franta.

Fauata.

Cit lotium hortensis Smilax, somnoq; tumultum
Excitat, inflat, praua alimenta creans.
Dum calet arenti, & tibi manditur ore Phaselus;
Mox facit infirmi turgida membra cibo.
Si rubet, est melior, mu liebra fortius effert.
Hanc fuge, si placidæ somnia noctis amas;
Si pipere, & nulso faciat aniste gulæ.
Dic, mihi naturæ seruit aniste gulæ?

Faggioli Nomi. Lat. *Smilax hortensis, Phaselus, & Phaseo lus.* Ital. *Faggio.*

Spetie. Ritrouansene di più sorti, cioè bianchi, rossi, & variati di molti colori, & trouansi ancora de gli Indiani.

Qualità. Son caldi, & humidi nel primo grado, ma i rossi son più calidi de gli altri. Non son cibo da delicati, & otiosi, ma da quei, che s'affaticano, & che han gagliardo lo stomaco.

Scelta. Son buoni i rossi, & quei che non sono pertugiati, e quei che facilmẽte si cuocono.

Giouamenti. Generano il seme virile, & solecitano al coito, la decottion de' faggioli rossi beuuta fa orinar, prouoca i menstrui alle donne, & ingrassa il corpo. I cornetti de' minuti faggioli si lessano, & acconciansi in insalata, & mangiansi saporitamente col pepe, ouero lessi prima, & infarinati, & friti nell'olio ò nel butiro, & acconci con pepe, & con agresta, che così eccitano l'appetito, & mollificano il cor-

Cornetti de faggioli.

po. Mangiati crudi prouocano il vomito, & giouano al petto,& al polmone.

Nocumenti. Sono i faggioli più delle faue nociui, fanno molto vento inducono la nausea grauano lo stomaco, fanno i cattiui sogni, vertigine,& aggrauano la testa generando humori grossi,& viscosi essendo ancora difficili a digerire,e generano dolori colici.

Testa.

Rimedi. Non fanno tanto affanno allo stomaco quando si mangiano con pepe,o carni: si leua ancor il lor nocumento cocendoli con olio,sale,pepe,senape,& aceto,& sopra di loro s'hà da beuere il vino senza inacquarlo punto L'origano ancora,& il cimino,& tutti gli aromati leuano i nocumenti loro.

Dolori colici.

LENTICHIE.

Len. oculus nocuat est, stomachoq; astringit,& inflat.
Non bene concoquitur. somnia terra facit.
Aluus ab igne leui Lentis siccata tumescit.
Hordea si reddant,dic Medice innocuam.
Illa mel ancholicos (neruis inimica,& ocellis.
Nec satis est (Morbos,somnia dura mouet,
Scilicet extollat pelusia munera Nullus,
Dulcia si addideris toxica dera facis.

Nomi. Lat. *Lens*. ital. *Lente,& Lenticchia.*

Lentichie.

Spetie. Ritrouansene varie spetie differenti solo nel colore,& nella grandezza.

Scelta,

Scelta. La migliore è quella ch'è bianca, & che più presto si cuoce, e che posta nell'acqua, quando si leua fuori, subito si secca, & non lascia l'acqua nera.

Qualità. E calda temperatamente, & secca nel secondo grado. Non è buon cibo per i colerici, ò malencolici: ma è buona per i flemmatici, & ne' tempi humidi, & frigidi.

Viuer castamẽte.

Giouamenti. Estingue gli appetiti venerei, & il seme genitale, leuando l'acutezza, & la furia del sangue, & per questo la lenticchia è molto conueniente à quelli, che vogliono viuere castamente. Conforta la bocca dello stomaco. Et mangiandosi le lenticchie co la prima decottione, soluono il ventre, & con la seconda lo stringono, & ricocendosi vn'altra volta fermano i flussi. La decottion delle lenticchie dassi vtilmente a i fanciulli che patiscon morbiglioni, & corrobora gli intestini.

Morbiglioni.

Nocumenti. Nuoce alla vista, & al coito, è inimica allo stomaco, & a gli intestini, & difficilmente si digerisce. Diuenta pessima quando si cuoce con la carne salata. Nuoce a malenconici, fà veder sogni horribili. Ingrossando il sangue, fa opilationi, & impedisce il corso dell'orina, & de' mestrui, & riempie la testa di fumosità grossa, & nuoce a i nerui, & al polmone.

Carne salata.

Rimedi. Cotta con menta è manco ventosa & cotta con bietola, ò con spinacci è manco

noci-

nociua,& parimente condita con mele. L'inuerno si deue più che in altro tẽpo mangiare.

LVPINO.

Vtilis est iecori, stomaco, supleniq; Lupinus.
Enecat hic tineas, crassa alimenta parit,
Siccior ardescit rudis, incultusque Lupinus.
Hic conuiua tibi rustice durus eat.
Lumbricis est, mors pleto iecori, atque lieni,
Et præsentes opis renibus esse solet.
Gratta si natura tibi si villicus illum.
Non cotit, ipse sua est tutus amaritiæ.

Lupini.

Nomi. Lat. *Lupius*. Ital. *Lupino.*

Spetie. Ritrouansi due sorte di lupini, cioè domestici, & siluestri. I siluestri non sono in vso per cibo.

Qualità. Sono i lupini caldi, & secchi nel secondo grado.

Giouamenti. I lupini cotti prima, & poi macerati nell'acqua nutriscono mangiati, eccitano l'appetito, & leuino i fastidij de lo stomaco, ammazzano i vermi, apron l'opilationi del fegato, & della milza, e fan buon colore: si moltiplica il pane con le farina de' lupini, & delle faue, facendo dolci i lupini, seccandoli al forno & poi macenandoli, che aggiunta questa farina a quella di grano lo moltiplica bene, & è pane buono, facile a digerire, & sano, fatto, & custodito bene.

Pane si multiplicano i Lupini.

Nocu-

Nocumenti. Generano grosso nutrimento, & son difficili a digerire, essendo di dura, & terrestre natura.

Rimedi. Cotti prima, & macerati poi in acqua son manco nociui, massime se si mangiano con sale, ò con qualche cosa aromatica.

MIGLIO.

Sistit, & exiccat Milium, mulcetque dolores;
Frigidus ex illo est Panis alijq. parum.
Sunt ieiuna alvum durantia grata dolori,
Si Milia ignitis sint prius vsta focis.
Lecte incocta fouet, molli vel inusta liquore,
Plenius, at cœnæ tarda tenacis erunt.

Miglio. Nomi. Lat. *Milium.* Ital. *Miglio, & Meglio.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & secco nel principio del terzo grado. Il panico è simile al miglio. *Panico.*

Giouamenti. Se ne fa pane con la sua farina, & col latte, che nutrisce assai bene, altri vi mescolano grasso di porco, ouero olio, e ne fanno pizze per mangiar, che seruono al tempo della carestia. Se ne fanno ancora le torte da nostri contadini, che le mangino il verno con molto gusto. Ferma il ventre. *Pan di miglio.*

Nocumenti. E cibo molto ventoso, difficile à digerire, & di cattiuo nutrimento, nutrisce poco, & nuoce allo stomaco.

Ri-

Rimidi. Coto il miglio con latte, o con mele, è manco nociuo, con tutto ciò non si dee mangiar se non da quelli, c'hanno lo stomaco molto gagliardo. Cotto ancora il miglio in brodo è manco nociuo massime essendo accompagnato con buone spetie.

PISELLI.

Tarde excernuntur, gignuntque recenti a rustus
Pisa, sed in cunctis sunt meliora Fabis.
Sub cane sicca parum frigentia Pisa parabunt.
Cortice deposito pabula sana tibi;
Sed mellius sapient si dulcis amygdala succum
Præstiterit, mira sic iubet arte gula.

Nomi Latin. *Pisum*. Ital. *Piselli*. *Piselli.*

Qualità. Son frigidi nel secondo grado i freschi, & i secchi nel primo, & humidi temperatamente. Diseccano al quanto manco delle faue, & rifrescano, ma son tanto ventosi come le faue, & non hanno virtù astersiua.

Scelta, Sô buoni freschi teneri, che non siano toccati da animali, & che siano senza vermini.

Giouamenti. Generano buon nutrimento. Mangiansi come le faua, ma sono differenti in questo, che i piselli nô sono cosi ventosi, nô hãno virtù astersiua, & però non escono fuor del corpo mangiati cosi facilméte, come fanno le faue.

faue. Cocendosi cõ loro bieta muouono il corpo. I freschi son molto grati al gusto, eccitano l'appetito, nettano il petto, sanano la tosse, giouano all'asma, & a tutte l'infirmità del petto. Serbansi questi freschi secchi all'ombra, & si mãgiano l'inuerno, che son al gusto gratissimi.

Piselli freschi.

Nocumenti. Generano ventosità. I freschi mangiati co' loro bacelli muouono i rutti, fanno sospiri, & inducono strani pensieri, non si digeriscono troppo bene, nuocono a quei c'hanno i denti deboli. Si deuono mangiar'i freschi la state, ne' tempi paesi, & complessioni calide.

Cottura di piselli.

Rimedi. Bisogna, che sian ben cotti con sale, & con molto olio, ponendoci poi sopra pepe, & sugo d'arancio o d'altri frutti accetosi. Ma l'olio d'amandole dolci è il vero condimento de i piselli.

RISO.

In suauem dat Oriza cibum, sed suprimit aluum:
Crassa alimenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat ventrem retinens, & amygdala iũgi
Lacte, vel exposcat, siccat oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamen inflat
Nequitiæ poterit promptior esse tuæ.
Sed moneo, patinas vexat diuturna calentes.
Siste parum venera fiet & apta gulæ.

No-

Nomi.Lat.*Orizo*.Ital.*Riso*. *Riso.*

Qualità. E caldo nel primo grado,& secco nel secondo, ha alquanto del costrettiuo, & però ristagna, è astersiuo, & ha alquanto del l'acerbetto.

Giouamenti.Si cuoce il riso ne brodi grassi, & nutrisce assai,& è molto aggrandeuole al gusto. Astringe il corpo,& sana i flussi,è cibo temperato,& ingrassa il corpo. Cotto col latte è di maggior nutrimento.Gioua a' dolori dello stomaco,& delle budella cotto con olio,ò con butiro condito con amandole, & late, & zuccaro: accresce lo sperma, & è di maggior nutrimento, ma è grosso,& difficilmente si digerisce. Dato con la scorza alle galline,fa far loro molte oua. Della farina del riso, carne di cappone, latte d'amandole, suco di limoni, e' zuchero assai si fa il bianco mangiare, molto soaue,& grato. *Oua.* *Bianco mangiare.*

Nocumenti. Vsato lungamente il riso fa l'opilationi, & facendo ventosità, nuoce a chi patisce dolori colici.

Rimedi.Si rimedia a' nocumenti del riso,lauandolo molto bene prima, & insondendolo nella decottion della semola, & poi si cuoce con brodi grassi, ò con latte di vacca, ouero d'amandole dolci,o in olio d'amandole dolci, mettendoui sopra zucchero,& canella. E buono l'inuerno per quei, che si fatticano, & per i giouani:ma per i vecchi, & flemmatici è mol-

Cottura riso.

to nociuo, però bisogna, che sia ben cotto, il che si conosce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo.

AVERTIMENTI NE GLI Herbaggi.

Regole intorno a gli herbaggi.

TVtti gli Herbaggi sono di poco nutrimento, & di cattiuo succo sottile, & acquoso, & han molta superfluità, & per questo intorno à loro si osseruano queste regole.

I. Che si mangino in poca quantità, & perche meglio nutriscano si cuocano in brodi.

II Che non si mangiano crudi, eccetto alcuna volta la lattuca, & la procacchia con l'aceto per temperare il feruore del sangue, et l'ardor del fegato, & dello stomaco.

III. L Inuerno si vsano l herbe calide, & la state le frigide, l'Autunno, & la Primauera le temperate.

IV. Che l'herbe fatto c'hauranno il seme, non non si mangiano.

V. Che l'herbe si deuono mangiare nel principio della mensa, essendo che quasi tutte soluono il ventre.

Quì si tratterà solamente di quell'herbe, che più frequentemente vengono in vso de' cibi, che dell'altre s è discorso à pieno nel nostro Herbario stampato quì in Roma l'anno passato.

ACE-

ACETOSA.

Digerit Oxalis, ſiccat; rifrigerit, aufert.
Tædia ventriculis morſaque membra iuuat.

Nomi. Lat. *Accidula, Oxalir, & Acetoſa.* Ital. *Acetoſa.*

Acetoſa

Spetie. Ritrouanſene di più ſorti, ma principali ſono la dōmeſtica, & la ſaluatica.

Scelta. La miglior è la domeſtica, & della ſaluatica, quella che non roſſeggia ma è tutta verdeggiante.

Acetoſa ottima.

Qualità. E frigida, & ſecca nel ſecondo grado digeriſce, apre, & incide.

Giouamenti. E molto grata nelle inſalate crude, meſcolata con altre herbe, per il ſapor ſuo bruſco, ch'ella tiene, è molto aggradeuole al guſto, e molto gioueuole nelle febri peſtilenti, e ardenti, che ſmorza l'ardor della collera, & eſtingue la ſete & reſiſte alla putredine, eccita l'appetito, & ferma i fluſſi. Le carni, & i peſci ſi condiſcono la ſtate col ſucco dell'acetoſa in vece di agreſta, ſucco d'aranci, e coſi l'oua, che ſon molto grati, & eccitano l'appetito. Molti la mãgiano coſi cruda col pane, altri vſano la ſua decottione, ò in acqua, ò in brodo. ouero la ſua acqua deſtillata, ouero lo ſiroppo del ſuo ſucco. Leua l'acetoſa i faſtidij dello ſtomaco, & anco la nauſea, gioua alle reni rompendo, e caciando fuori le re-

Appetito.

Nauſea.

nelle, beuuto il suo seme col vino vale a veleni & ferma i flussi,& preserua, & libera peste.

Nocumenti Nutrisce poco,fà il corpo stitico a chi l'vsa troppo, nuoce a melanconici, & inasprisce lo stomaco.

Renelle. Rimedi. Si mangi insalata in mescolanza delle altre herbe trà lequali sia latuga, ch'è humida,& la rucchetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue vsar solamente ne' tempi caldi,& solamente da giouani da colerici,& da sanguigni,& parimente nell'infermità calide.

AMARACO.

Calfacit, auxilium est tibi siccus Amaracus Hydrops.
Ictibus antidotum,torminibusq; salus.
Torrida si neruis, Amaracus apta cerebro,
Hanc sitiens semper,non minus optet Hydrops,
Vrinæ,& tumidi reserat spinacula ventris,
Hanc cui sit Matrix ægra,puella colat.

Maggiorana. Nomi.Lat.*Amaracus,Sampsucus*.Ital.*Persa maggiore*.

Qualità. E calida,& secca nel terzo grado, ha facoltà di digerire,d'assottigliare,d'aprire, & di corrobora.

Persa. Giouamenti. E l'vso della maiorana maggior,& minore, chiamata persa, ne' cibi molto vtile percioche cõforta lo stomaco l'aster-

ge,

ge,& lo mondiaca,cacciando fuori per da basso la collera, & la flemma,& il suo odore consorta'l ceruello, è conuenitntissima ne' cibi, che si fan per gli hidropici. E molto vtile ancora a quelli che vrinano difficilmente, & han torsioni del ventre;& conferisce alle donne,alle quali si ritardano i mestrui. La minere chiamata persa è più odorata,& più efficace.

Nocumenti. E troppo acre,onde infiamma il sangue.

Vso della persa.

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne' cibi caldi, ma più tosto in quei cibi che sono frigidi,& ventosi, & che generano humori rossi,& viscosi.

ANETO.

Calfacit,& reuocat,lac,tormina sedat Anethũ,
Cit ructus,vene i luminibusque nocet.
Ne tua odoratum conuiuia fallat Anethum,
Ignetuis neruis,torminibusq potens,
Inuisum(est moneo)stomacho nec parcis ocellis,
V bera ab hac pleni munera lactis habent.

Nomi.Lat.*Anethum*.Ital.*Anetu*.

Aneto.

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scelta. E il migliore, quello,che è fresco,& che non hà ancora fatto il seme.

Giouamenti.Vsasi per condimento de' cibi,

in cauolì, in pesce, & altre viuande, è di grato sapore, aiuta lo stomaco a euocere i cibi, mitiga il singhiozzo, lo starnuto, & i dolori del corpo, multiplica il latte alle baile, dissolue le vẽtosita, è buono a' nerui, & stringe il ventre.

Vista. Nocumenti. Vsato troppo nuoce alla vista, disecca lo sperma, nuoce allo stomaco, perche è cibo acuto, muoue i rutti, genera grosso nutrimento, e difficile a digerire, & prouoca la nausea, & offende le reni.

Nausea. Rimedi. Non bisogna frequentarlo troppo con cibi caldi, ma col pesce si può vsar più sicuramente, massime con lattarini. Si sminuiscono ancora i suoi nocumenti mescolandoui con esso petrosemolo, bietola, & boragine, ò lattuga.

ANISO.

Discutians Anisum lac donat, & oris odorem,
Cit Venerem, et stomacho, cui calor insit, obest.
Pituitas Anisi si grana exarentia ainguet
Igno pari iliacum soluere crediderim.
Si stomacus, lambi, gel, dumque increuerit hepar,
Vestica intumeat, vulua, lien, femora,
Illa ede, & antiquo vel cor si caumate languet;
Præsenti dices auxiliantur ope. (lit
Laus numerosa quidẽ hæc, minimi nec formale fa-
Pectus, & hoc torpens guttur, & aluus amãt:

Nomi.

Nomi. Lat. *Anisum.* Ital. *Aniso.* *Aniso.*

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è di sostanza sottile. è acre, amaretto, acuto, digestiuo, & dissolutiuo delle ventosità.

Scelta. Lodasi primo in bontà quel d'Egitto il fresco, e'l nero. *Aniso ottimo.*

Giouamenti. Il suo seme emenda il puzzor della bocca, & fà buon fiato, è vtile a gli hidropici, valle alle opilation del fegato, prouoca l'vrina & ferma i flussi bianchi delle donne, mitiga la sete; la decotion beuuta dissolue la ventosità del corpo, & gioua al fegato, al polmone, allo stomaco, alla madrice, imperoche conforta, & aiuta a digerire vale al singulto, a' dolori del corpo, prouoca il latte, rompe le piere, gioua a' nerui & conforta il ceruello, prohibendo che i vapori non ascendano alla testa, presone vn poco alquanto coperto di zuccaro infin del mangiare, & preso auanti che si beua l'acqua, la retifica; usasi con gran giouamento nelle cose di pasta. *Fiato buono.* *Flussi bianchi.* *Acqu retificare.* *Pasta.*

Nocumenti. Stimola venere, & è inutile allo stomaco, eccetto quando non fusse in esso ventosità.

Rimedi. Bisogna vsarlo moderamente, & i giouani se ne astengano, & parimente i colerici, e sanguigni, massime la state.

Nocumenti. Generano grosso nutrimento,& son difficili a digerire,essendo di dura, & terrestre natura.

Rimedi. Cotti prima, & macerati poi in acqua son manco nociui, massime se si mangiano con sale,ò con qualche cosa aromatica.

MIGLIO.

Sistit,& exiccat Milium,mulcetque dolores;
Frigidus ex illo est Panis alijq.parum.
Sunt ieiuna aluum durantia grata dolori,
Si Milia ignitis sint prius vsta focis.
Lecte incocta fouet, molli vel inusta liquore,
Plenius,at cœnæ tarda tenacis erunt.

Miglio. Nomi. Lat. *Milium.* Ital. *Miglio, & Meglio.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & secco nel principio del terzo grado. Il panico è simile al miglio. *Panico.*

Giouamenti. Se ne fa pane con la sua farina, & col latte, che nutrisce assai bene,altri vi mescolano grasso di porco,ouero olio,e ne fanno pizze per mangiar,che seruono al tempo della carestia. Se ne fanno ancora le torte da nostri contadini, che le mangino il verno con molto gusto. Ferma il ventre. *Pan di miglio.*

Nocumenti. E cibo molto ventoso, difficile à digerire, & di cattiuo nutrimento, nutrisce poco,& nuoce allo stomaco.

Ri-

Rimidi. Coto il miglio con latte, o con mele, è manco nociuo, con tutto ciò non si dee mangiar se non da quelli, c'hanno lo stomaco molto gagliardo. Cotto ancora il miglio in brodo è manco nociuo massime essendo accompagnato con buone spetie.

PISELLI.

Tarde excernuntur, gignuntque recenti a rustus
Pisa, sed in cunctis sunt meliora Fabis.
Sub cane sicca parum frigentia Pisa parabunt.
Cortice deposito pabula sana tibi;
Sed mellius sapient si dulcis amygdala succum
Præstiterit, mira sic iubet arte gula.

Nomi Latin. *Pisum*. Ital. *Piselli*. *Piselli.*

Qualità. Son frigidi nel secondo grado i freschi, & i secchi nel primo, & humidi temperatamente. Diseccano al quanto manco delle faue, & rifrescano, ma son tanto ventosi come le faue, & non hanno virtù astersiua.

Scelta, Sō buoni freschi teneri, che non siano toccati da animali, & che siano senza vermini.

Giouamenti. Generano buon nutrimento. Mangiansi come le faua, ma sono differenti in questo, che i piselli nō sono così ventosi, nō hāno virtù astersiua, & però non escono fuor del corpo mangiati così facilmēte, come fanno le faue.

faue. Cocendosi cō loro bieta muouono il corpo. I freschi son molto grati al gusto, eccitano l'appetito, nettano il petto, sanano la tosse, giouano all'asma, & a tutte l'infirmità del petto. Serbansi questi freschi secchi all'ombra, & si mangiano l'inuerno, che son al gusto gratissimi.

Piselli freschi.

Nocumenti. Generano ventosità. I freschi mangiati co' loro bacelli muouono i rutti, fanno sospiri, & inducono strani pensieri, non si digeriscono troppo bene, nuocono a quei c'hanno i denti deboli. Si deuono mangiar'i freschi la state, ne' tempi paesi, & complessioni calide.

Cottura di piselli.

Rimedi. Bisogna, che sian ben cotti con sale, & con molto olio, ponendoci poi sopra pepe, & sugo d'arancio, o d'altri frutti acetosi. Ma l'olio d'amandole dolci è il vero condimento de i piselli.

RISO.

In suauem dat Oriza cibum, sed suprimit aluum,
Crassa a limenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat ventrem retinens, & amygdala iūgi
Lacte, vel exposcat, siccat oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamen inflat
Nequitiæ poterit promptior esse tuæ.
Sed moneo, patinas vexat diuturna calentes.
Siste parum venera fiet & apta gulæ.

No-

Nomi. Lat. *Orizo.* Ital. *Riso.* *Riso.*

Qualità. È caldo nel primo grado, & secco nel secondo, ha alquanto del costrettiuo, & però ristagna, è asterſiuo, & ha alquanto dell'acerbetto.

Giouamenti. Si cuoce il riso ne brodi grassi, & nutriſce assai, & è molto aggrandeuole al gusto. Astringe il corpo, & sana i flussi, è cibo temperato, & ingrassa il corpo. Cotto col latte è di maggior nutrimento. Gioua a' dolori dello stomaco, & delle budella cotto con olio, ò con butiro condito con amandole, & late, & zuccaro: accresce lo sperma, & è di maggior nutrimento; ma è grosso, & difficilmente si digeriſce. Dato con la scorza alle galline, fa far loro molte oua. Della farina del riso, carne di cappone, latte d'amandole, suco di limoni, e' zuchero assai si fa il bianco mangiare, molto soaue, & grato. *Oua.* *Bianco mangiare.*

Nocumenti. Vsato lungamente il riso fa l'opilationi, & facendo ventosità, nuoce a chi patiſce dolori colici.

Rimedi. Si rimedia a' nocumenti del riso, lauandolo molto bene prima, & infondendolo nella decottion della semola, & poi si cuoce con brodi grassi, ò con latte di vacca, ouero d'amandole dolci, o in olio d'amandole dolci, mettendoui sopra zucchero, & canella. È buono l'inuerno per quei, che si fatticano, & per i giouani: ma per i vecchi, & flemmatici è mol-

Cottura riso. to nociuo, però bisogna, che sia ben cotto, il che si conosce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo.

AVERTIMENTI NE GLI Herbaggi.

Regole intorno a gli herbaggi. *TVtti gli Herbaggi sono di poco nutrimento, & di cattiuo suceo sottile, & acquoso, & han molta superfluità, & per questo intorno à loro si osseruano queste regole.*

I. Che si mangino in poca quantità, & perche meglio nutriscano si cuocano in brodi.

II Che non si mangiano crudi, eccetto alcuna volta la lattuca, & la procacchia con l'aceto per temperare il feruore del sangue, et l'ardor del fegato, & dello stomaco.

III. L'Inuerno si vsano l'herbe calide, & la state le frigide, l'Autunno, & la Primauera le temperate.

IV. Che l'herbe fatto c'hauranno il seme, non non si mangiano.

V. Che l'herbe si deuono mangiare nel principio della mensa, essendo che quasi tutte soluono il ventre.

Quì si tratterà solamente di quell'herbe, che più frequentemente vengono in vso de' cibi, che dell'altre s'è discorso à pieno nel nostro Herbario stampato quì in Roma l'anno passato.

ACETOSA.

Digerit Oxalis, ſiccat, rifrigerit, aufert.
Tædia ventriculis morſaque membra iuuat.

Nomi. Lat. *Accidula, Oxalir, & Acetoſa.* Ital. *Acetoſa.*

Acetoſa.

Spetie. Ritrouanſene di più ſorti, ma principali ſono la dõmeſtica, & la ſaluatica.

Scelta. La miglior è la domeſtica, & della ſaluatica, quella che non roſſeggia ma è tutta verdeggiante.

Acetoſa ottima.

Qualità. E frigida, & ſecca nel ſecondo grado digeriſce, apre, & incide.

Giouamenti. E molto grata nelle inſalate crude, meſcolata con altre herbe, per il ſapor ſuo bruſco, ch'ella tiene, è molto aggradeuole al guſto, e molto gioueuole nelle febri peſtilenti, e ardenti, che ſmorza l'ardor della collera, & eſtingue la ſete & reſiſte alla putredine, eccita l'appetito, & ferma i fluſſi. Le carni, & i peſci ſi condiſcono la ſtate col ſucco dell'acetoſa in vece di agreſta, ſucco d'aranci, e coſi l'oua, che ſon molto grati, & eccitano l'appetito. Molti la mãgiano coſi cruda col pane, altri vſano la ſua decottione, ò in acqua, ò in brodo, ouero la ſua acqua deſtillata, ouero lo ſiroppo del ſuo ſucco. Leua l'acetoſa i faſtidij dello ſtomaco, & anco la nauſea, gioua alle reni rompendo, e caciando fuori le re-

Appetito.

Nauſea.

nelle, beuuto il suo seme col vino vale a veleni & ferma i flussi,& preserua, & libera peste.

Nocumenti Nutrisce poco, fà il corpo stitico a chi l'vsa troppo, nuoce a melanconici, & inasprisce lo stomaco.

Renelle. Rimedi. Si mangi insalata in mescolanza delle altre herbe trà lequali sia latuga, ch'è humida,& la rucchetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue vsar solamente ne' tempi caldi,& solamente da giouani da colerici,& da sanguigni,& parimente nell'infermità calide.

AMARACO.

Calfacit, auxilium est tibi siccus Amaracus Hydrops.
Ictibus antidotum, torminibusq; salus.
Torrida si neruis, Amaracus apta cerebro,
Hanc sitiens semper, non minus optet Hydrops,
Vrinæ, & tumidi reserat spinacula ventris,
Hanc cui sit Matrix ægra, puella colat.

Maggiorana. Nomi. Lat. *Amaracus, Sampsucus.* Ital. *Persa maggiore.*

Qualità. E calida, & secca nel terzo grado, ha facoltà di digerire, d'assottigliare, d'aprire, & di corrobora.

Persa. Giouamenti. E l'vso della maiorana maggior,& minore, chiamata persa, ne' cibi molto vtile percioche cõforta lo stomaco l'asterge,

ge,& lo mondiaca,cacciando fuori per da basso la collera, & la flemma,& il suo odore conforta'l ceruello, è conuenitntissima ne' cibi, che si fan per gli hidropici. E molto vtile ancora a quelli che vrinano difficilmente, & han torsioni del ventre;& conferisce alle donne,alle quali si ritardano i mestrui. La minere chiamata persa è più odorata,& più efficace.

Nocumenti. E troppo acre,onde infiamma il sangue.

Vso della persi

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne' cibi caldi, ma più tosto in quei cibi che sono frigidi,& ventosi, & che generano humori rossi,& viscosi.

ANETO.

Calfacit,& reuocat,lac,tormina sedat Anethũ,
Cit ructus,vene i luminibusque nocet.
Ne tua odoratum conuiuia fallat Anethum,
Ignetuis neruis,torminibusq potens,
Inuisum(est moneo)stomacho,nec parcis ocellis,
V bera ab hac pleni munera lactis habent.

Nomi.Lat.*Anethum*.Ital.*Anetu*.

Anet

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scelta. E il migliore, quello,che è fresco,& che non hà ancora fatto il seme.

Giouamenti.Vsasi per condimento de' cibi,

in cauoli, in pesce, & altre viuande, è di grato sapore, aiuta lo stomaco a euocere i cibi, mitiga il singhiozzo, lo starnuto, & i dolori del corpo, multiplica il latte alle baile, dissolue le vẽtosita, è buono a' nerui, & stringe il ventre.

Vista. Nocumenti. Vsato troppo nuoce alla vista, disecca lo sperma, nuoce allo stomaco, perche è cibo acuto, muoue i rutti, genera grosso nutrimento, e difficile a digerire, & prouoca la nausea, & offende le reni.

Nausea. Rimedi. Non bisogna frequentarlo troppo con cibi caldi, ma col pesce si può vsar più sicuramente, massime con lattarini. Si sminuiscono ancora i suoi nocumenti mescolandoui con esso petrosemolo, bietola, & boragine, ò lattuga.

A N I S O.

Discutians Anisum lac donat, & oris odorem,
Cit Venerem, et stomacho, cui calor insit, obest.
Pituitas Anisi si grana exarentia ainguet
Igno pari iliacum soluere crediderim.
Si stomacus, lambi, gel, dumque increuerit hepar,
Vestica intumeat, vulua, lien, femora,
Illa ede, & antiquo vel cor si caumate languet;
Præsenti dices auxiliantur ope.
Laus numerosa quidẽ hæc, minimi nec formale facit
Pectus, & hoc torpens guttur, & aluus amãt:

Nomi.

Nomi. Lat. *Anisum.* Ital. *Aniso.* — *Aniso.*

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è di sostanza sottile. è acre, amaretto, acuto, digestiuo, & dissolutiuo delle ventosità.

Scelta. Lodasi primo in bontà quel d'Egitto il fresco, e'l nero. — *Aniso ottimo.*

Giouamenti. Il suo seme emenda il puzzor della bocca, & fà buon fiato, è vtile a gli hidropici, valle alle opilation del fegato, prouoca l'vrina & ferma i flussi bianchi delle donne, mitiga la sete; la decotion beuuta dissolue la ventosità del corpo, & gioua al fegato, al polmone, allo stomaco, alla madrice, imperoche conforta, & aiuta a digerire vale al singulto, a' dolori del corpo, prouoca il latte, rompe le piere, gioua a' nerui & conforta il ceruello, prohibendo che i vapori non ascendano alla testa, presone vn poco alquanto coperto di zuccaro infin del mangiare, & preso auanti che si beua l'acqua, la retifica; usasi con gran giouamento nelle cose di pasta. — *Fiato buono.* *Flussi bianchi.* *Acqua retificare.* *Pasta.*

Nocumenti. Stimola venere, & è inutile allo stomaco, eccetto quando non fusse in esso ventosità.

Rimedi. Bisogna vsarlo moderamente, & i giouani se ne astengano, & parimente i colerici, e sanguigni, massime la state.

Nocumenti. Generano grosso nutrimento,& son difficili a digerire,essendo di dura, & terrestre natura.

Rimedi.Cotti prima, & macerati poi in acqua son manco nociui, massime se si mangiano con sale,ò con qualche cosa aromatica.

MIGLIO.

Sistit,& exiccat Milium,mulcetque dolores;
Frigidus ex illo est Panis alijq.parum.
Sunt ieiuna aluum durantia grata dolori,
Si Milia ignitis sint prius vsta focis.
Lecte incocta fouet, molli vel inusta liquore,
Plenius,at cænæ tarda tenacis erunt.

Miglio. Nomi.Lat.*Milium*.Ital.*Miglio,& Meglio.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & secco nel principio del terzo grado. Il panico è simile al miglio. *Panico.*

Giouamenti.Se ne fa pane con la sua farina, & col latte, che nutrisce assai bene,altri vi mescolano grasso di porco,ouero olio,e ne fanno pizze per mangiar,che seruono al tempo della carestia. Se ne fanno ancora le torte da nostri contadini, che le mangino il verno con molto gusto. Ferma il ventre. *Pan di miglio.*

Nocumenti. E cibo molto ventoso, difficile à digerire, & di cattiuo nutrimento, nutrisce poco,& nuoce allo stomaco.

Ri-

Rimidi. Coto il miglio con latte, o con mele,è manco nociuo,con tutto ciò non si dee mangiar se non da quelli, c'hanno lo stomaco molto gagliardo. Cotto ancora il miglio in brodo è manco nociuo massime essendo accompagnato con buone spetie.

PISELLI.

Tarde excernuntur,gignuntque recenti a rustus
Pisa,sed in cunctis sunt meliora Fabis.
Sub cane sicca parum frigentia Pisa parabunt,
Cortice deposito pabula sana tibi;
Sed mellius sapient si dulcis amygdala succum
Præstiterit,mira sic iubet artegula.

Nomi Latin.*Pisum*.Ital.*Piselli*. *Piselli*

Qualità. Son frigidi nel secondo grado i freschi,& i secchi nel primo, & humidi temperatamente. Diseccano al quanto manco delle faue, & rifrescano, ma son tanto ventosi come le faue,& non hanno virtù astersiua.

Scelta, Sô buoni freschi teneri, che non siano toccati da animali,& che siano senza vermini.

Giouamenti. Generano buon nutrimento. Mangiansi come le faua, ma sono differenti in questo,che i piselli nô sono cosi ventosi,nô hãno virtù astersiua, & però non escono fuor del corpo mangiati cosi facilmẽte, come fanno le

faue.

faue. Cocendosi cō loro bieta muouono il corpo. I freschi son molto grati al gusto, eccitano l'appetito, nettano il petto, sanano la tosse, giouano all'asma, & a tutte l'infirmità del petto. Serbansi questi freschi secchi all'ombra, & si mangiano l'inuerno, che son al gusto gratissimi.

Piselli freschi.

Nocumenti. Generano ventosità. I freschi mangiati co' loro bacelli muouono i rutti, fanno sospiri, & inducono strani pensieri, non si digeriscono troppo bene, nuocono a quei c'hanno i denti deboli. Si deuono mangiar' i freschi la state, ne' tempi paesi, & complessioni calide.

Cottura di piselli.

Rimedi. Bisogna, che sian ben cotti con sale, & con molto olio, ponendoci poi sopra pepe, & sugo d'arancio o d'altri frutti accetosi. Ma l'olio d'amandole dolci è il vero condimento de i piselli.

RISO.

In suauem dat Oriza cibum, sed suprimit aluum,
Crassa alimenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat ventrem retinens, & amygdala iūgi.
Lacte, vel exposcat siccat oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamen inflat.
Nequitiæ poterit promptior esse tuæ.
Sed moneo, patinas vexat diuturna calentes.
Siste parum venera fiet & apta gulæ.

No-

Nomi. Lat. *Orizo.* Ital. *Riso.* *Riso.*

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo, ha alquanto del costrettiuo, & però ristagna, è astersiuo, & ha alquanto dell'acerbetto.

Giouamenti. Si cuoce il riso ne brodi grassi, & nutrisce assai, & è molto aggrandeuole al gusto. Astringe il corpo, & sana i flussi, è cibo temperato, & ingrassa il corpo. Cotto col latte è di maggior nutrimento. Gioua a' dolori dello stomaco, & delle budella cotto con olio, ò con butiro condito con amandole, & late, & zuccaro: accresce lo sperma, & è di maggior nutrimento: ma è grosso, & difficilmente si digerisce. Dato con la scorza alle galline, fa far loro molte oua. Della farina del riso, carne di cappone, latte d'amandole, suco di limoni, e zuchero assai si fa il bianco mangiare, molto soaue, & grato. *Oua.* *Bianco mangiare.*

Nocumenti. Vsato lungamente il riso fa l'opilationi, & facendo ventosità, nuoce a chi patisce dolori colici.

Rimedi. Si rimedia a' nocumenti del riso, lauandolo molto bene prima, & infondendolo nella decottion della semola, & poi si cuoce con brodi grassi, ò con latte di vacca, ouero d'amandole dolci, o in olio d'amandole dolci, mettendoui sopra zucchero, & canella. E buono l'inuerno per quei, che si fatticano, & per i giouani: ma per i vecchi, & flemmatici è molto no-

Cottura riso. to nociuo, però bisogna, che sia ben cotto, il che si conosce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo.

AVERTIMENTI NE GLI Herbaggi.

Regole intorno a gli herbaggi. *TVtti gli Herbaggi sono di poco nutrimento, & di cattiuo succo sottile, & acquoso, & han molta superfluità, & per questo intorno à loro si osseruano queste regole.*

I. Che si mangino in poca quantità, & perche meglio nutriscano si cuocano in brodi.

II Che non si mangiano crudi, eccetto alcuna volta la lattuca, & la procacchia con l'aceto per temperare il feruore del sangue, et l'ardor del fegato, & dello stomaco.

III. L Inuerno si vsano l'herbe calide, & la state le frigide, l'Autunno, & la Primauera le temperate.

IV. Che l'herbe fatto c'hauranno il seme, non non si mangiano.

V. Che l'herbe si deuono mangiare nel principio della mensa, essendo, che quasi tutte soluono il ventre.

Quì si tratterà solamente di quell'herbe, che più frequentemente vengono in vso de' cibi, che dell'altre s'è discorso à pieno nel nostro Herbario stampato quì in Roma l'anno passato.

ACETOSA.

Digerit Oxalis, siccat, rifrigerit, aufert.
Tædia ventriculis morsaque membra iuuat.

Nomi. Lat. *Accidula, Oxalir, & Acetosa.* Ital. *Acetosa.*

Acetosa.

Spetie. Ritrouansene di più sorti, ma principali sono la domestica, & la saluatica.

Scelta. La miglior è la domestica, & della saluatica, quella che non rosseggia ma è tutta verdeggiante.

Acetosa ottima.

Qualità. E frigida, & secca nel secondo grado digerisce, apre, & incide.

Giouamenti. E molto grata nelle insalate crude, mescolata con altre herbe, per il sapor suo brusco, ch'ella tiene, è molto aggradeuole al gusto, e molto giouenole nelle febri pestilenti, e ardenti, che smorza l'ardor della collera, & estingue la sete & resiste alla putredine, eccira l'appetito, & ferma i flussi. Le carni, & i pesci si condiscono la state col succo dell'acetosa in vece di agresta, succo d'aranci, e così l'oua, che son molto grati, & eccitano l'appetito. Molti la mãgiano così cruda col pane, altri vsano la sua decottione, ò in acqua, ò in brodo, ouero la sua acqua destillata, ouero lo siroppo del suo succo. Leua l'acetosa i fastidij dello stomaco, & anco la nausea, gioua alle reni rompendo, e caciando fuori le re-

Appetito.

Nausea.

nelle, beuuto il ſuo ſeme col vino vale a veleni & ferma i fluſſi, & preſerua, & libera peſte.

Nocumenti Nutriſce poco, fà il corpo ſtitico a chi l'vſa troppo, nuoce a melanconici, & inaſpriſce lo ſtomaco.

Renelle. Rimedi. Si mangi inſalata in meſcolanza delle altre herbe trà lequali ſia latuga, ch'è humida, & la rucchetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue vſar ſolamente ne' tempi caldi, & ſolamente da giouani da colerici, & da ſanguigni, & parimente nell'infermità calide.

AMARACO.

Calfacit, auxilium eſt tibi ſiccus Amaracus Hydrops.
Ictibus antidotum, torminibuſq; ſalus.
Torrida ſi neruis, Amaracus apta cerebro,
Hanc ſitiens ſemper, non minus optet Hydrops,
Vrinæ, & tumidi reſerat ſpinacula ventris,
Hanc cui ſit Matrix ægra, puella colat.

Maggiorana. Nomi. Lat. *Amaracus, Sampſucus.* Ital. *Perſa maggiore.*

Qualità. E calida, & ſecca nel terzo grado, ha facoltà di digerire, d'aſſottigliare, d'aprire, & di corrobora.

Perſa. Giouamenti. E l'vſo della maiorana maggior, & minore, chiamata perſa, ne' cibi molto vtile percioche cõforta lo ſtomaco. l'aſterge,

ge,& lo mondiaca,cacciando fuori per da basso la collera, & la flemma,& il suo odore conforta'l ceruello, è conuenientissima ne' cibi, che si fan per gli hidropici. E molto vtile ancora a quelli che vrinano difficilmente, & han torsioni del ventre;& conferisce alle donne,alle quali si ritardano i mestrui. La minere chiamata persa è più odorata,& più efficace.

Nocumenti. E troppo acre,onde infiamma il sangue.

Vso della persa

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne' cibi caldi, ma più tosto in quei cibi che sono frigidi,& ventosi, & che generano humori rossi,& viscosi.

ANETO.

Calfacit,& reuocat,lac,tormina sedat Anethũ,
Cit ructus,vene i luminibusque nocet.
Ne tua odoratum conuiuia fallat Anethum',
Igne tuis neruis,torminibusq potens,
Inuisum(est moneo)stomacho,nec parcis ocellis,
Vbera ab hac pleni munera lactis habent.

Nomi. Lat. *Anethum*. Ital. *Anetu*.

Aneto.

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scelta. E il migliore, quello,che è fresco,& che non hà ancora fatto il seme.

Giouamenti. Vsasi per condimento de' cibi,

in cauoli, in pesce, & altre viuande, è di grato sapore, aiuta lo stomaco a euocere i cibi, mitiga il singhiozzo, lo starnuto, & i dolori del corpo, multiplica il latte alle baile, dissolue le vẽtosita, è buono a' nerui, & stringe il ventre.

vista. Nocumcuti. Vsato troppo nuoce alla vista, disecca lo sperma, nuoce allo stomaco, perche è cibo acuto, muoue i rutti, genera grosso nutrimento, e difficile a digerire, & prouoca la nausea, & offende le reni.

nausea. Rimedi. Non bisogna frequentarlo troppo con cibi caldi, ma col pesce si può vsar più sicuramente, massime con lattarini. Si sminuiscono ancora i suoi nocumenti mescolandoui con esso petrosemolo, bietola, & boragine, ò lattuga.

ANISO.

Discutians Anisum lac donat, & oris odorem,
Cit Venerem, et stomacho, cui calor insit, obest.
Pituitas Anisi si grana exarentia ainguet
Igno pari iliacum soluere crediderim.
Si stomacus, lambi, gel, dumque increuerit hepar,
Vestica intumeat, vulua, lien, femora,
Illa ede, & antiquo vel cor si caumate languet;
Præsenti dices auxiliantur ope. (lit
Laus numerosa quidẽ hæc, minimi nec formale fa-
Pectus, & hoc torpens guttur, & aluus amãt:

Nomi.

Nomi. Lat. *Anisum*. Ital. *Aniso*. *Aniso.*

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è di sostanza sottile. è acre, amaretto, acuto, digestiuo, & dissolutiuo delle ventosità.

Scelta. Lodasi primo in bontà quel d'Egitto il fresco, e'l nero. *Aniso ottimo.*

Giouamenti. Il suo seme emenda il puzzor della bocca, & fà buon fiato, è vtile a gli hidropici, valle alle opilation del fegato, prouoca l'vrina & ferma i flussi bianchi delle donne, mitiga la sete; la decotion beuuta dissolue la ventosità del corpo, & gioua al fegato, al polmone, allo stomaco, alla madrice, imperoche conforta, & aiuta a digerire vale al singulto, a' dolori del corpo, prouoca il latte, rompe le piere, gioua a' nerui & conforta il ceruello, prohibendo che i vapori non ascendano alla testa, presone vn poco alquanto coperto di zuccaro infin del mangiare, & preso auanti che si beua l'acqua, la retifica; usasi con gran giouamento nelle cose di pasta. *Fiato buono. Flussi bianchi. Acqua retificare. Pasta.*

Nocumenti. Stimola venere, & è inutile allo stomaco, eccetto quando non fusse in esso ventosità.

Rimedi. Bisogna vsarlo moderamente, & i giouani se ne astengano, & parimente i colerici, e sanguigni, massime la state.

Renibus Asparagus, stomaco atq; perutilis, aluo,
Morsibus atque oculis, sed sterilescit edens.
Renibus hinc valeo iecore, intumidoq; liene,
Ilia, nec mūdū tergus, vt ante dolent. (de est.
Si venere hic crueior, supra hoc mihi munus abū-
Quod potuit salua Religione dedit.

Asparagi. Nomi. Lat. *Asparagus*, Ital *Asparago.*

Qualità. E etterfiuo l'asparago, calido, & humido temperatamente, & è peritiuo.

Scelta. Li domestici sono migliori de' seluatichi; si mangino i freschi, & che con le cime loro s'inchinino a terra.

Giouamenti. Nutriscono più di tutti gli altri herbaggi, conferiscono allo stomacho, purgano il petto, mollificano il corpo, & prouocano l'vrina, accrescono il seme genitale, mōdano le reni dell'arena, & mitigano il dolore loro, & parimente de' lombi.

Nocumenti. Vsati in troppa copia offendono lo stomaco, inducendo nausea, massime quando si mangiano freddi, & per loro amaritudine accrescono la colera, fan puzzar l'vrina, se bene in tutto il corpo causano buono odore, e fanno sterili le donne. *Sterili-tà.*

Rimedi. Si lessano, & si butta via la prima acqua, che cosi lasciano l'amarezza, poi si condiscono con olio sale, e pepe, aggiungendoui succo daranci, o aceto. Cotti nel vino son più

vtili.

vtili. Non si conuengono a colerici, ma sono a' vecchi, & i frigidi conuenientissimi in moderata quantità, & mangiati caldi, e ben conditi. Si cuocono ancora in brodi grassi, & sõ più sani.

Gotture

ATRIPLICE.

Frigus, & humorem medicans inducit Atriplex,
Suffusos, & felle iuuat, tum mollit, & Aluũ,
Expedit infractus iecoris, vomitumque lacessit.

Nomi. Lat. *Atriplex.* Ital. *Atriplice, Reppice, & Treppice.*

Atriplico.

Qualità. È frigido nel primo grado, & humido nel secondo. Il domestico è più frigido, & più humido del saluatico.

Scelta. Il domestico auanti che habbia fatto il seme è megliore, perch'è più tenero.

Domestico.

Giouamenti. Dà poco nutrimento, & vsasi per il più a far torte alla Lombarda, mescolandolo con cascio, butiro, & oua: & mangiasi ancora come gli altri herbaggi, per mollificare il corpo, ilche più efficacemẽte fà il saluatico.

Saluatico.

Nocumenti. Il troppo vso suo genera molti mali, come lentigini, papule, & simili, & è inimico allo stomaco.

Rimedi. Bisogna cuocerlo a due acque, & mangiarlo con olio, aceto, & pepe, ò cinnamomo, & bisogna lasciarlo per cibo de' Villani, ma non si deue mangiar se non cotto.

Ocima sunt oculis, stomacroque infecta, sed ictus
Virosos sanant, eadem quoque tormina sedant.
Calfaciunt, siccant, & mentis nubila pellunt:
Continuoq; vsu dant lentes, vermiculosque.
Ocina quo melius sentis fragrare, minora.
Hos vires etiam meliores ferre videbis.
Torminibus capiti, stomacho, cordi; medentur.

Basilica. Nomi. Lat. *Ocimum. Basilicum*: Ital. *Basilico.*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scelta. il maggior ha in se qualche nocumẽto, ilche non hà il minor, ne'l mezano, & il garofonato è il migliore.

Condimenti. Giouamenti. Si vsa ne'condimenti de'cibi, che da lor gratia, & molti l'vsano per companatico, con olio, sale, & aceto, & si mescola come la rucchetta nella lattuca. Leua lo stupor *Latte.* de' denti, & prouoca il latte secco, riscalda, e ferma il ventre. il suo odore è grato al cuore, & alla testa, in quel giorno ch'alcun hauerà mangiato il Basilico non potrà esser punto da *Scorpioni.* scorpione, rallegra il cuore, & inanimisce i timidi, & gioua nelle sincopi, & ne gli suenimenti, prouoca il sonno.

Nocumenti. Vsato troppo spesso nuoce allo stomaco, & al fegato, & è di cattiuo nutrimento, e difficile a digerire, dissecca il polmone, rilassa il ventre, multiplica la collera,

& è

& è di veloce putrefattione, genera humor malenconico, & offusca la vista. il garofonato è buono.

Rimedi. E cibo più da flemarici, che da colerici. La state si deue mangiare con qualche herba refrigerante, & rare volte. *Vista.*

BETTONICA.

Publica Betonicæ. qua nulla operosior herba est
Gloria ſiccato grata tempore venit,
Cui dolet, aut luxum est corpus, cui vulnera mille
Cui capat infirmum, cui iecur inualidum.
Cui stomachus, gelidus velien, cui lumina languent
Quique laceſſitis dentibus inuiglat.
Cui ſerpens, radibus vecanis, cui dura venena
Officiunt; Podagra qui dolet, aut Chiragra:
Denique cui tumida est veſſica, & venter obeſus,
Cui gelida est, Febris cui petuita nocet.
Delectum aprico geminorum in colle, ſub ortu
Carpat, & hanc ſaluus velit eſſe, bibat.

Nomi Lat. *Bettonica*. ital. *Bettonica*. *Bettonica.*

Qualità E calda, & secca nel primo grado completo, o nel mezo del secondo. E incisiua.

Scelta. E migliore, quella che nasce ne'colli aprici d'Aprile, ch'è tenere, & si mangia cotta in brodi.

Giouamenti. La bettonica è piena d'infinite virtù; la onde è nato quel prouerbio. Tu hai *Prouerbis.*

più

più virtù che la bettonica. E vtile a tutte le passioni del corpo interne in qualũque modo pigliata, è vtile a quei c'han sospetto d'hauer preso il veleno; & è da credere, che vsata ne' cibi preserui da tutti quei mali, ch'ella hà facoltà di sanare. Et cosi gioua a gli itterici, paralitici, flemmatici, comitiali, & alli sciatici, mangiata o beuuta la sua decottione. In somma sana tutti i mali, prouoca l'vrina, rompe le pietre.

tali sa-ato.

Nocumenti. E difficile a digerirsi.

Rimedi. Bisogna mangiarla cotta insieme co' fiori in buon brodo, o cocendola in vino beuerne la sua decolatione.

BIETOLA.

Digerit, & tergit, referatq; obstructa, dolores
Auris Beta leuat, largius esa nocet.
Beta mala est stomacho, viridis vel nigra, niuali
Rore, caput mundat naribus hausta tuum.
Compareat maluis, clysteri immixa dolores
Quos tibi man a faciti, perdere potest.

ieta.

Nomi. Lat. *Beta*. Ital. *Bietola, & Bieta.*

Qualità. E calda, & secca nel primo grado. La negra è megliore.

Giouamenti. Gioua mangiata all'opilation del fegato, & della milza. La radice mangiata leua il fetor dell'aglio, & delle cipolle.

La

La bianca cotta,& con aglio crudo mangiata, scaccia i vermini del corpo, è asterſiua. Le radici condite seruono per insalata. *Bianca.*

Nocumenti. Nutriſce, poco nuoce allo ſtomaco per eſſere mordace, per la ſua qualità nicroſa,che hà.

Rimedi mangiata con boragine,ò con ſenape,& con aceto, è manco nociua.

BORAGINE.

Gaudia fert cordi,minuit Borrago rigores
Febris,horrores,tuſſibus hoſtis erit.
Si tibi Bugloſſa eſt ſucci,& borrago tepentis,
Lætus erit, ſiccum nec tibi pectus erit.

Nomi. Lat. *Bugloſſum, Borrago, & Corago,* Ital. *Boragine.* *Boragine.*

Qualità. E calda, & humida, nel primo grado.

Scelta. Si mangi quella,ch'è colta co' fiori.

Giouamenti. Si chiamaua prima queſta piãta coragine, per hauer proprietà nelle paſſioni del cuore. Onde infuſa nel vino genera grande allegrezza nell'animo, & conforta potentemente il cuore, & ne leua ogni malenconia,& apporta piaceuoli,& giocondi penſieri. E di buon nutrimẽto, & genera ottimi humori,e gratiſſima ne' cibi, & è molto vtile a conualeſcenti, & a quei c'hanno le ſincopi. I fiori *Cuore.* *Penſieri giocondi.*

Vino cordiale. ri si vsano nelle insate, le frodi s'infondano nel vino, & parimente i fiori per farlo cordiale. Gioua la boragine a'malenconici, chiarifica il sangue, & gli spiriti, conforta tutte le viscere, & lenisce l'asprezzo del petto.

Nocumenti. I fiori non si digeriscono molto questo ma più facilmente le frondi, & nuoce a quei c'hanno le fauci vlcerate, che le punge, del resto e senza malitia a fatto, & è buona a tutte l'etadi, a tutte le complessioni, & in ogni tempo.

Rimedi. Si cuoce nel brodo buona carne, ouero cocendosi in acqua vi s' aggiunga vn'ouo, Mangiandosi in salata si frondi, & li si leuino quei neruetti, che cosi diuenta più digestibile. La sua asprezza che molte volte dispiace si corregge mescolando con essa le bietole, ogli spinaci.

CAPPARI.

Capparis icidit, purgatq; & menstrua pellit,
Officit hæc stomacho, gignit, & essa sitim.
Solu ardenti torpescens flore pal atum.
Capparis, & iecur eumq; liene iecur.

Nomi. Lat. *Capparis* Ital. *Cappari.*

Cappari. Qualità. Sono i salati caldi, & secchi nel secondo grado.

Scelta. Sono migliori quei, che si conseruino

nõ nell'acetto, di quei, che si salano, perche non son tanto calidi. Sono astrettiui, assotigliatiui, incisiui, estersiui, & aperitiui,

Giouamenti. I conseruatiui in salamoia, bẽ conditi, & mangiati eccitano l'appetito, & aprono l'opilationi del fegato, & della milza, prouocano i mestrui, & l'vrina, amazzano li vermi sanano le morici, & accrescono il coito, mangiati con sale, & aceto, & olio. I conditi con sale giouan alle podagre, a' flematici, alli splenetici, alli sciatici. Chi vsa i cappari non patirà risolution di nerui, nè dolori di milza.

Cappari migliori.

Nocumenti. Apportano sete, & sono inutili allo stomaco quantunque eccitano l'appetito: conturbano il ventre, gõfiano, son di poco nutrimento, & son più medicine, che cibo.

Appetito.

Rimedi. I crudi si cuocono in acqua, poi si mangiano con olio, & aceto, & vua passa. I conditi con sale si lauano, s'infondono per vn pezzo nell'acqua, poi si mangiano auanti cena con aceto melato, ò con molto olio, & aceto, con vua passa, come s'è detto.

Cottura.

CARCIOFI.

Cit lotium Cinara, atque graues emendat odores.
Calfacit, & siccat bilis, & inde ingra est.
Craduus hortensi cui spina est mollior arte.
Cui calor est medicus, tumidusque liquor.

Et

Et stomacho & lumbus sapidus si duxit olentem
Vrinam os redolet nec sapit alla caprum.
Hūc tibi ius prepingue coquat, præstātior inde est,
Iuit, & in numero sic venus apta suos.

Nomi. Latin. *Carduus hortensi, Cinara,* Ital. *Cardo, Carciofo, & Archichocco.*

Carciofi.

Qualità Sono i cardi, & i carciofi caldi, e secchi nel secondo grado, & sono apetitiui.

Migliori.

Scelta. I domestici sono migliori de' saluatichi, & li teneri sono più vtili, che i duri.

Giouamenti. Sono grati al gusto i cardoni, & i carciofi prouocano l'vrina, ma puzzolēte; muouono la ventosità, & aprono l'opilatione, & accrescono il coito; beuuta la decottione delle radici fatta in vino, come mangiati i carciofi fan buon fiato, & leuano ogni noioso odore del corpo. L'herba tenerina natà di nuouo si mangia come gli asparagi. I cardoni, fatti bianchi per arte sotterandoli l'autunno in terra teneri, si danno in fin della cena, & con pepe & sale per vltimo cibo si mangino per sigillare, & corroborare lo stomaco.

Coito. *Buon fiato* *Cardoni.*

Tartufi.

Nocumenti. Generano, come i tartufi humori melanconici Son molto ventosi, nuocono alla testa, grauano lo stomaco, & ardano la digestione.

Rimedi. Cotti nel brodo, & mangiati con pepe, & sale infin della mensa; son manco nociui, & più grati allo stomaco.

CA-

Brassica cit sistit, superatq; venena, merumq;
Dentibus, taque oculis creditur esse nocens.
Iam veniat folio chrysippica Brassica crispu.
Vel patulo, & leni, vel glomerata comas;
Prima salutifera, & ventrem l nire parata,
Bullierit modico si tamen igne, placet:
Omnibus ardor inest; grauior tumet escā secūdis,
Ne capiti noceant vina superba premunt.
Extumulam referant vesicam, agrumque lenem.
Hepar, & obstrusum fœmineumque femur.
Arida socraticam pereret in Brassicabilem,
Iure erat in morbis omnibus ipsa satis.

Nomi. Lat. *Brassica*. Ital. *Cauoli*. — *Cauoli.*

Qualità. E caldo, & secco nel primo grado.

Scelta. I megliori sono i teneri, lunghi, & colti nella cima della pianta, c'habbia le frondi aperte, & non chiuse, con la rugiada sopra. Son buoni i Bolognesi, & cauolifiori sono ottimi, come all'incontro i capuci son pessimi, & i torzuti manco di loro nociui. — *Bolognesi.* *Cauoli fiori.*

Giouamenti. Mangiati mal cotti lubricaco il corpo, & molto cotti lo stringono. Han facolta purgatiua. Mãgiaci, auanti cena crudi con aceto, prohibiscono l'vbbriachezza: Mangiati dapoi, leuano i fastidj della crapula, & i nocumenti del vino. La decottion loro beuuta, (ma che non siano bolliti troppo) giona a co- — *Capuci.* *Torzuti.* *Vbriachezza prohibita.*

Cauoli buoni a tutti i mali.

a coloro che difficilmente vrinano, Sono i cauoli da alcuni tanto celebrati, ehc par che bastino a guarir tutti i mali, che giouano al dolor di testa, alle caligini de gli occhi, & parimente conferiscono a' malenconici, all'opilationi della milza, alle passioni del cuore, del fegato, & del polmone, & di tutte le viscere.

Nocumenti. Nuocono a' denti, alle gengiue, alla vista, allo stomaco son di poco nutrimento, gonfiano, fan puzzar il fiato, & generano humori malenconici massime la state. La Primauera si lodano solamente i broccoli.

Giaio.

Brocoli.

Rimedi. Sono manco nociui, se si cuocono alesso, & la prima acqua si butti, & subito si rimetta l'acqua calda senza che veda l'aere ouero si mettano in brodo di carne grassa con finocchio, & pepe, ò coriandro, ò cinamomo.

CIMINO.

Tormina discutiens mira os pallore Cumino
Inficit exiccat virus & omne fugat.
Vilis, & inuissi campestria grana Cumin:
Vsta nimis, cultu mitia facta placent
Hae ede, ventosi clamas si tormine ventris,
Et stomachum, & lumbos igne minore iuuăt.
Pallida cui grata effigies, & buxea cordi,
Hac simulato cohors religiosa voret.

Illa

Illa temulium sudducere docta lapillum,
Vrinæ norunt, rumpere possa feres.
Si tinea erodat, vel ros tua corda niualis;
Illa ede, rusticitas læsa probanda venit.

Nomi. Lat. *Cominum.* Ital. *Cumino.* *Cumino.*

Qualità. Il seme è calido come l'aniso nel terzo grado, & è disseccatiuo.

Scelta. Il domestico è miglior del saluatico. *Megliore*

Giouamenti. Riscalda, stringe, & disseccta; grato alla bocca a molti, & da buon sapore a' cibi, massime a i piccioni, conferisce l'vso suo alle ventosità, & dolori del corpo. Gioua al trabocco del fiele, alla vertigine, all'asma, a' morsi de' serpenti, ail' ardor dell' vrina, & al tremor del cuore.

Nocumenti. E cibo acuto, & fa pallidi quei che l'vsano troppo. *Pallidi.*

Rimedi. Bisogna vsarlo parcamente, ma l'hiuerno solamente, & da quei che sono flemmatici, & di frigida complessione. *Vso.*

CORIANDRO.

Expellit tineas Coriandrum semen ad auget.
Largius at sumptum sensum animumq; grauat.
Ne crasso noceant oculis Coriandra liquore,
Siccata huc veniant igne referta leui.
Hæc caput inuisu pressum caligine, mensis
Optat summotis, hæc fluida aluus edat.

Dura parum stomacho tamen optatissima nostro.
Hinc redolens circa est, nec putret assacaro.
Niliacis præstant si sint delecta sub hortis,
Plura odi, parca sunt mihi grata manu.
Sic mea demulcens ardentia corda nec omnes.
Nostra venus numeros perdet inepta suos.

Coriandro. Nomi. Latin. *Coriandrum* Ital. *Coriandro, & Cariandolo, & Pitartima.*

Qualità. E il verde frigido, & non si deue mettere dentro il corpo, ma il maturo a di grato odore. Il secco è calido.

Megliore. Scelta. S'vsi il maturo, & il secco: il megliore è quel d'Egitto.

Carne conserua ta. Giouamenti. E vtilissimo allo stomaco percioche reprime l'esalationi uelenose: ch'ascendono alla testa. Ammazza i vermini beuuto con il vin dolce. Conserua la carne incorrotta. I coriandri confetti mangiati in fin del cibo fan ritenerlo nello stomaco, & aiutano la digestione, & fortificano la testa, e'l ceruello.

Veleno. Nocumenti. Il souerchio vso suo offende la testa, offusca l'intelletto, & perturba la mente. Il succo beuuto è mortifero veleno, & quelli che lo beuono diuentano muti, & pazzi.

Coccie d'oua. Rimedi. Si rimedia a nocumenti del coriandro tenendolo per vna notte in aceto, poi coprendolo di zuccaro, che così non solo non offende, ma molto gioua. Quei c'han beuuto il succo prendano poluere di coccie d'oua con salamoia, ò Teriaca con vino.

DRA-

Siccat, & incidit, reserat Dracunculus, inde.
Calfacit hortensis, mulcet dentum; dolores,
Digerit, atque ciet lotium, virosq; coquendi,
Adiuuat, atque sale, atque oleo cōditus acetoq;
Estur, & insigni tandem ipse acredine poliet.

Nomi. Lat. *Dracunculus hortensis.* Ital. *Dragoncello, & Dragone.* *Dragoncello.*

Qualità. *E* caldo nel principio del terzo grado, & secco nel primo.

Scelta. Il meglio è quel che è fresco, tenero, & quel che nasce ne gli horti grassi, che s'adacquano assai, & non si prendano le frondi sparse per terra, ma le cime, & le frondi più tenere. *Migliori.*

Giouamenti. E la miglior herba, che s'adopri, per far salse, & sapori, & si mette nell'insalate frigide in lungo della rucchetta, è cordiale, fa buon appetito accresce il coito, & conforta mirabilmente lo stomaco, & la testa, incidendo le flemme. E herba molto aromatica, & mangiata preserua dalla peste, & da ogni corruttione. Sana le doglie frigide de' denti, & delle gengiue, lauandosi con la sua decottione fatta in vin bianco. *Salse. Sapori. Peste. Denti.*

Nocumenti. Riscalda il fegato, & assottiglia il sangue.

Rimedi. Mangisi in compagnia d'herbe frigide, come è endiuia, lattuga, & fiori di boragine, ma nō da gioueni sanguigni, & coleri- *Gioueni Vecchi.*

ci, massime la state, a vecchi è buona in ogni stagione.

CICORIA.

Intybus est iecori medicina, & morsibus atris,
Figoreq; astringit ventriculumque iuuat.
Frigida compestris minus est, & amarior, hepar
Intima demulcens, bilis vtramque timet.

Cicoria. Siluestre

Nomi. Lat. *Seris, & Intibus.* Ital. *Cicoria, & v'è l'hortense, & la siluestre, chiamasi Tornasole, Gira'l Sole, Radicchio.*

Qualità. Sono le cicorie frigide, & secchi nel secondo grado, & la siluestre, essendo più amara, e più astersiua, & più astrettiua.

Mazzochi.

Scelta. La megliore è la tenere, & le cime che si chamano qui in Roma mazzocchi, & quella che fa il fior turchino, che si gira col Solle.

Giouamenti. Conferisce mirabilmente a quei, che sentono ardor, & infiammagione nel lo stomaco apre l'opilation del fegato, & è il più potente, & efficace rimedio, che vsar si possa per mantener il fegato netto, & le sue vie ottimamente aperte. Gioua alle reni.

Fegato.

Nocumenti, Nuoce a quei c'han lo stomaco debole, & frigido, & il succo, che genera è di poco, & non buon nutrimento: & si loda più

per

per medicamento, che per cibo. Nuoce parimente a catarrosi. Catarrosi

Rimedi. Cuocendosi nell' acqua, e poi con olio, & aceto, e vua passe mangiata in insalata ouer cruda con mentuccia, e con aceto, oue sia infuso l'aglio, ò con altre herbe calide è manco nociua. È buona la state per i gioueni, e quei che son di calda complessione; e buona in ogni tempo; è cattiua per quei c'hanno lo stomaco freddo, e che sono sogetti a catarri. ma da questi non si deue mangiar crude, ma cotta in ottimo brodo di perfette carni. Cottura.

ENDIVIA

Intybus est iecori, stomacho, ventrique salubris
Cocta, & cruda estur, sacro hæc igniq; medetur
Et morsus sanat quot scorpius intulit, atros.

Nomi. Lat *Intybus, Endia*. Ital. *Endiuia*

Qualità. E frigida, & secca nel secondo grado, ma la domestica possiede più frigidità, che la siluestre, & è più humida. Endiuia.

Scelta. La domestica è la migliore, ma tenera, che habbia prodotto il fusto, ne faccia il latte: quella che col tenerla sottera è fatta bianca, è ottima. Megliore

Giouamenti. Rinfresca il fegato, & tutti i membri infiammati, smorza la sete, prouoca l'vrina, & la state fà venir buon appetito, Bianca

secca l'opilationi, purga il sangue, sana la rogna, smorza gli ardori dello stomaco. Mangiata cotta in brodo di carne la state, rifresca tutte le viscere.

Rogna.

Nocumenti. Nuoce l'uso dell'endiuia à quei c'hanno lo stomaco frigido. & ritarda vn poco la digestione, offende li paralitici, & quei c'hanno il tremore.

Paralitici.

Rimedi. Mangiandosi la bianca in insalata l'inuerno da quei c'han lo stomaco frigido, & debile, vi s'aggiunga pepe, & vua passa, ouero vn poco di mosto cotto, la cotta è manco nociua della cruda; e buona ne' tempi molto caldi, per i giouani, per colerici. & per sanguigni, & per quei c'hanno lo stomaco molto caldo. Mangiandosi con cime di mentuccia, ò con ruchetta, & dragoncello, con altre herbe calide, è manco nocina.

Bianca.

Cotta.

FINOCCHI.

Semina si chymo exurunt hortensia duro.
Fœniculi, & sicco non bene sana cibo:
Torridiora time: Siluestria renibus ingens
Pharmacum, & vrinæ nobile curriculum.
Durius lumbis sunt comminentia saxum.
Sin tumido hæc femori pabula fœmineo.
Ride infans, poterit reclusi munera lactis.
Si viride hortense est mox reuocare tibi.

Ride

Ride infans, molles, collubri experientia ocellos
Seruari incolumes, hoc tibi posse docet.
Subuersum, & vento stomachum ex tede tumente
Aequat, in antiquis febribus esca poteas.
Semine si redaperta vigent membra omnia, lotio,
Gloria radici non minor exhibita est.

Nomi. Lat. *Fœniculum, & Maratum.* Ital. *Finocchio.*

Qualità. E caldo nel secondo grado il dolce & secco nel primo. Et il saluatico disecca, & riscalda più valorosamente. *Finocchio.*

Scelta. Il dolce è megliore l'altro sia hortolano domestico, & tenero per mangiarsi fresco, ouero grauito per il verno, o con gambi bianchi, e teneri per mangiarli cotti. *Megliore.*

Giouamenti. Prouoca copiosamente il latte, i mestrui, & l'vrina: leua l'opilatione antica, purga le reni, & gioua mirabilmente a gli occhi, ma bisogna il secco vsarlo in poca quantità, perche altrimẽte infiammarebbe il fegato, & nocerebbe a gli occhi, apre l'opilatione del fegato, della milza, del petto, & del ceruello. *Virtù.*

Nocumenti. E cibo acuto, tarda a digerirsi, è di cattiuo nutrimento; assottiglia, & infiamma il sangue a quei che son colerici, debilita, & consumma il corpo: & di qui nasce la collera nera, di modo, che è più conueniente per medicamento, che per cibo. *Vitij.*

Rimedi. Il tenero è meglio, & si deue man- *Cottura.*

giare in poca quantità I finocchietti, che si cuocono hanno da essere aperti bene.& tenuti vn pezzo in acqua fresca,per leuar loro quella mala, & velenosa qualità che gli lasciano le serpi,stroppicciandoui sopra gli occhi bisogna mangiarne poco de' finocchi,perche col tempo potrebbe generare pietra,che come aperitiuo porta materie grosse nelli stretti meati dell' vrina,doue poi si condensano, e diuentano renelle,e pietre.

Pietra.
Renella.

FINOCCHIO MARINO.

Si capiti,& stomacho Biatis arida grata te porœ,
Siue sit hortensis,siue marina tibi.
Sic iecus,& lumbos,vesicæ aptissima,mutret,,
Inter regales,vt si habenda dapes.

Nomi. Lat.Crithmum.Ital.*Finocchio marino & herba di San pietro,*

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è al gusto salato, & alquanto amaretto, il perche egli è nelle sue facoltà disseccatiuo, & asterſiuo.

Scelta. Il verde, & odorato è il meglio per metter in salamoia.

Giouamenti. Mangiasi crudo, & cotto, muoue il corpo, conseruasi in salamoia, che conforta lo stomaco,il fegato,& le reni.

Nocumenti.Infiama il sangue.

Finochio marino.
Herba di Pietro.
Megliore

Rime-

Rimedi. Non si conuiene a' giouani ne a' tempi caldi: ma i vecchi ne' tempi frigidi, & in poca quantità.

LATTVCA.

Caumate in ardentis stomachi Lactuca niuale
Delicium, somni dulcis alumna veni.
Si modo sit mundus cultus, non lota placebis.
Et prima, & grata est Mensa secunda tua.
Gratior æstiuo es dum sirius æstuat orbe,
Sed valeas si vult gaudia nostra venus.

Nomi. Lat. *Lactuca*. Ital. *Lattuca*. *Lattuca*

Qualità. E frigida, e humida nel secondo grado.

Scelta. La capucina, e la Francese, & la tenera sono le megliori, massime nate in horti grassi, & che non comincino a fare il latte, & che non siano lauate, ma colte, & assettate da delicata mano. *Megliori*

Giouamenti. E facile a digerire, eccede in bontà tutti gli altri herbaggi perche genera il latte, e smorza gli ardori dello stomaco, estingue la sete, prouoca il sonno, e stagna il flusso del seme, raffrena l'acrimonia della collora, eccita lo appetito, & leua i fastidij dello stomaco, e corrobora. Rafrena gli appettiti venerei, e gioua a molti diffetti del corpo. *Latte.* *Flusso del seme.*

Nocumenti. Oscura la vista il continuo vso *Vista.*

suo,

suo, indebolisce il calor naturale, corrompe lo sperma, & fa sterile, ò facendosi figli vengono insensati, e balordi. Fa l'huomo pigro, & nuoce allo stomaco frigido, & debole, & per questo non è molto vtile a' vecchi.

li in-
ati.

Rimedi. E men nociua cotta, che cruda, & mangiata con menta, dragoncello, ruchetta, agli, ò cipolle, & gli si deue appresso bere buon vin bianco, & aromatico, & non si deue mangiar di continuo. Non si laui, perche l'acqua gli leua vn'ottima qualità, che leuata via essendo in superficie, fa che la lattuga debilita la vista, che resta offuscata parimente non leuandosi alla lattuga le cime.

ttuca
i si la-

LVPVLO.

Frigidus educit Lupulus de sanguine bilem.
Atque æstus iecoris ventriculiq; leuat,
Si Lupilum oblectant antra, & nemorosa salicta,
Hoc facit ingrato sit satis vt medico.
Frigidus hinc bilem, calidum arcere cruorem.
Est potis, hinc calidum; & febris anhela timet.
Gratia si magna est illi, tua noxia maior.
Est Medice hoc sanctum, qui noris olus.

upulo. Nomi. Lat. *Lupulos*. Ital. *Lupulo*.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado; ma le cime loro simili a gli sparagi per ha-

uer

uer molto dell'humido, ſcaldano poco, & diſſeccano manco.

Scelta. Sono migliori quelli, che ſpuntano dalla pianta ſenza hauer frondi attorno, & c'hanno il fuſto tenero, & aſpro. *Miglio ri.*

Giouamenti. Generan perfetto nutrimento, agguagliano gli humori, cōfortano, & mondificano tutte le viſcere, & particolarmēte nettano il ſangue, & lo fan chiaro, & puro, tirando a baſſo la feccia di quello in vn tratto, & purgādo la collera. Netta il lupulo particolarmēte il fegato, aprendo non ſolo le ſue opilationi, ma quelle della milza ancora; māgianſi le ſue cime cotte in inſalata, mollificano il corpo, & la decotion de fiori, & de' fallicoli ſana gli auuelenati, è guariſce la rogna, faſſene ſiroppo, ch'è mirabile nelle febri coleriche: & peſtelentiali. *Virtù.*

Nocumenti. Quando ſi colgono con frondi, & fuſti duri, ſon difficili a digerire, & ſono più ventoſi, che i teneri, & non ſon di troppo buon ſucco. *Vitij.*

Rimedi. Si mangiano cotti conditi con aglio, & aceto, ò con ſugo d'aranci, & pepe, & ſon buoni in ogni tempo in ogni età, & compleſſione, maſſime cotti in buon brodo. *Cottur.*

M E L I S S A.

Exhilarat ireuocatq; animum Citrago labentem.
Iſtibus auxilio eſt, viſcera cuncta iuuat.

Cor

Cor mihi triste, gelu, pectus cerebrumq; rigescis,
Singultit stomachus grata Melissa veni.
Per te hilaris redolens, & mundi pectoris, aucto
Sumq; calore potens, gratia magna tibi.

Nomi. Lat. *Melissophillum, & Citrago.* Ital. *Melissa, & Cedronella.*

Qualità. E calda, & secca nel secondo grado.

Scelta. La migliore è la tenera, e che nasce in colli ameni, e che ha buono odore di cedro.

Giouamenti. Conforta il cuore, e leua il suo tremore, lenisce il petto, & apre opilationi del ceruello. Aiuta la digestione, se sana il singhiozzo, e vale a' morsi d'animali velenosi, & a tutte l'infirmità flemmatiche, e malenconiche.

Nocumenti. Eccita gli appetiti venerei per esser ventosa, & è di pochissimo nutrimento.

Rimedi. Mangiandola nell'insalata si mesco si con herbe frigide, come lattuga, e simili:

MENTA.

Mentha iuuat stomachũ, tineas necat ictibus atris
Conuenit, & Venerem cummouet, atque ciet.
Nausea t[illegible], & bene olentem capere Mẽtham
Vult stomachus, caput ast triste, morare liber.
Obst[illegible]at illa femur, veneri tume facta parumper
G[illegible] licet, sperma hinc, lac vecire nequit.

Nomi.

Nomi. Lat. *Mentha. Menta.* *Menta.*

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca nel secondo.

Scelta. Quella, che si semina ne gli horti, detta menta Romana è megliore, ma si deuono prendere solamente le cime tenere. *Miglio*

Giouamenti. E molto grata allo stomaco, & lo conforta, massime s'è frigido, Eccita valorosamente l'appetito, prohibisce, che il latte non s'apprendi nello stomaco, nè nelle mamelle, & per questo quelli a'quali piace il latte deuono vsar spesso la menta. Amazza i vermini del corpo vsata ne' cibi, ò dandosi a'fanciulli vna dramma del suo sugo con meza oncia d'agro di cedro, ò di siroppo di scorza di cedro, leua il singhiozzo, la nausea, il vomito, & fortifica lo stomaco, onde si dice: *Appetito.* *Latte.* *Vermi*

Nũquam lenta fuit stomacho succurrere mẽtha

Nocumenti. E di poco nutrimento, infiamma il fegato, & lo stomaco, assotiglia il sãgue, percioche è cibo acuto stimula Venere, & per questo si prohibisce: che non si mangia al tẽpo della guerra, perche per l'vso di Venere i corpi diuentano frigidi, magri, & manco animosi. *Venere* *Guerra* *Venere*

Rimedi. Mangiandola in poca quantità, & compagnia d'herbe frigide è manco nociua. Et cosi vsata ne'tempi freddi, e vecchi, e da flemmatici, & malenconici, ma la state è perniciosa, massime a giouani, & colerici.

MER-

Vsta parum volue duroque innoxia ventri.
Fœmina,seu maßit,Merrurialis eris.
Maxima Mercurio laus est,Fœmella puellam,
Mas puerum,venus est cum sociata dabit.

Merco-rella.

Nomi. Lat. *Mercurialis.* Ital. *Mercuriale, & Mercorella.*

Qualità. E calda, & secca nel primo grado, tanto il maschio, quanto la femina, & la radice non è di valore alcuno.

Scelta. Per mangiare si elegga la tenera.

Maschi Femina.

Giouamenti. Mangisi come gli altri herbaggi per soluere il corpo: & la decottione beuta solue la collera, & gli humori acquosi, & il maschio fa far i maschi, & la femina le femine, quando si mangino le frondi cotte nell'olio, e sale, ouero crude con aceto.

Nocumenti. Vsandola troppo debilita lo stomaco, & le viscere.

Rimedi. Si mangi in poca quantità con brodi grassi, & con ciunamomo.

PETROSELLO.

Torrentis plures Adiisferis inscie plantas.
Villicet,pretosum vix mea mensa capit,
Et nocuū hoc capiti,et stomaco minus vtile tarde,
Lactucæ est remo si placeat adde cibo.

Cura

Cura caput nobis prior est quem flegmata vexăt,
Splen femur, aut renes, veliecur illŭd edat.

Nomi. Lat. *Petroselinum; Aptum hortense Petrosillum,* Ital. *Petrosello.*

Petrosello.

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel terzo.

Migliore.

Scelta. Il megliore è il tenero che non habbia fatto ancora seme nè fiore. che cosi le frondi son più odorose, & più grate al gusto, come le radici quando sono di mezo tempo.

Virtù.

Giouamenti. E in grande vso quasi in tutte le viuande, entra nelle salse, & in somma è molto vsato nelle cucine: mangiato crudo, o cotto prouoca l'orina, & i mestrui, e'l sudore, mondifica le reni, il fegato, e la madrice, & leua loro le opilationi, dissolue la ventosità, e grato allo stomaco, & al fegato, & la sua decottione vale contra veleno, & contra la tosse. Ha le medesime facolta, che il coriandro, & è gratissimo alla bocca dello stomaco, mitigando il suo calore, rompe le pietre delle reni, & della vesica, apre le opilationi, & gioua alla tosse, & a' diffetti del petto Cotte le radici sotto la cenere si mangiano con aceto, olio, & sale per insalata.

Apio volgare.

Nocumenti. Difficilmente si digerisce, & non genera troppo buoni humori, offusca la vista, & nuoce qualche volta alla testa, ma non è questo quello apio, che nuoce, a quei, c'hanno il mal caduto, ma è l'apio volgare.

Rime-

Rimedi. Mangiandosi crudo in compagnia d'altre herbe frigide, come lattuga, acetosa, & procacchia, in poca quantità, è manco nociuo, è cotto in brodo, e in tingoli. Le radici poi deuono esser ben cotte, leuato prima loro di dentro il midollo legnoso.

Cottura.

PIMPINELLA.

Vessicæ lapides si Pimpinella remollit,
Ignita est, iecori sanalienque tibi.
Læthiferis etiam morbis, pestique medetur
Calfacit, adstringit, vulnera sana facit.

Nomi Lat: *Pimpineda, Sanguisorba, Bimbenula, aut Pampinula.* Ital: *Pimpinella, ò Solbastrella.*

Pimpinella.

Qualità. E calda, & secca nel secondo grado.

Scelta. L'hortense è migliori delle saluatiche.

Migliore

Giouamenti. E in vso a mangiarsi nelle insalare, ch'è molto grata per l'odor c'ha di melone, quella che si semina negl'horti, che la saluatica ha noioso odor di becco: onde viē detta hircina, e questa si riduce sotto la spetiē della sassifragia, per la grā virtù che hà di mondificar le reni, e la vessica, e rompere, e cacciar fuori le pietre, e la renella dalle reni, e dalla vessica, prouoca l'orina, e apre l'opilation del fega-

Virtù.

gato. La domestica singolarissimo rimedio contra la peste, e cosi la siluestre, e mi ricordo che la felice, e honorata memoria di M. Giouanni diletto mio padre,(che oltre a tutte le nobili dottrine hauea ancora non mediocre cognitione de' semplici(mi disse molte volte che nella gran peste dell'anno 1527. con la pimpinella sola facendone iufusione in vino, e col bolo armeno preseruò se stesso, e tutta la famiglia, ritiratosi ad vna nostra villa in Morano, doue è gran copia di questa pimpinella, oltra l'aere temperatissimo che vi è. Posta la pimpinella nel bicchiere rallegra il cuore e fà il vino più giocondo. Vale ancora contra tutte le passioni del cuore, e sincopi, chiarifica il sangue e moltiplica gli spiriti vitali massime infusa nel vino, e suol conferire a'tisici.

Morano Villa.

Nocumenti. E difficile a digerire. fa stittico, e riscalda'l fegato, & è di pochissimo nutrimento.

Rimedi. Si mangi in insalate mescolata con herbe frigide in poca quantità: sempre è buona, massime a'vecchi, e melanconici quando è tenera.

PORTVLACA.

Cui robur est ardens, dyssentiariæque laborat.
Purpureus turæ cui cruor est fluidus.

Cui nocuere ignes, frigentem hic Pelidis herbam
Deligat, hæc pluuio rore probanda venit.
Si ſapis illa tuas norit rariſſima menſas.
Lumina cun ſtomacho contemeraſse poteſt.
Dentibus auxilium ſtupidis, & renibus affert,
Ardorem ingentem mitigat, atque grauem.

Prochaccia. Nomi. Lat. *Portulaca.* Ital. *Prochaccia, Portulaca, & Portellana.*

Qualità. E frigida nel terzo grado, & humida nel ſecondo, è aſtrettiua & aſterſiua.

Scelta. La domeſtica è migliore.

Giouamenti. Si mangia con giouamento notabile da quei, che patiſcouo diſſenteria, fluſſi di meſtrui, e ſputi di ſangue, conferiſce grandemente all'ardor dello ſtomaco, e de gli inteſtini, & è molto vtile nelle calide fluſſioni, raffrena venere, e leua lo ſtupor de'denti. *Fluſſi.* *Ardor di ſtomaco.* *Venere.*

Nocumenti. Mangiandone ſpeſſo, & in troppa quantità nuoce non poco, ch'eſſendo diſſicile a digerire, debilita lo ſtomacho, & offende la viſta, è di poco nutrimento, è cattiuo, percioche è frigido, & viſcoſo, leua l'appetito, minuiſce lo ſperma, e gli appetiti venerei. *Denti ſtupidi.*

Rimedi. Non ſi mangi in troppa quantità ſola ma con cipolla, & herbe calide come baſilico, rucheta, e dracone. Non ſi mangi ſe non ne' gran caldi della ſtate da' giouani, e ſanguigni, ò colerici, ma non da' vecchi, nè in fredda ſtagione.

ROS-

ROSMARINO

Dentibus, & gelido capiti tumidisq; lacertis.
Et stomaco ignita est Rosmaris aptus ope,
Colscit, iucidit morsus pectora curat.
Cit, coquit, abstergit, lumina acuta facit.

Nomi. Lat. *Rosmaris*, & *Rosmarinum*. Ital. *Rosmarino*.

Rosmarino.

Qualità. E caldo, e secca nel secondo grado. I fiori sono moltificatiui, digestiui, inclusiui, astersiui, resolutiui, aperitiui, & corroboratiui.

Scelta. Il migliore è il tenero, & fioriti.

Migliore.

Giouamenti. Riscalda lo stomaco, ferma i flussi, gioua à gli asmatici preso col mele & alla tosse è cordiale, & de' suoi fiori se ne fa col zuccaro conserua per confortar lo stomaco, il cuore, & la matrice.

Nocumenti. Con la sua agrimonia esaspera l'aterie.

Rimedi. Mangiato con mele gli si toglie ogni nocumento. La Quaresima i rametti fioriti, e teneri del rosmarino si bagnano, & aspersi di farina, & zuccaro, si friggono nella padella con olio dolce, & son molto soaui al gusto, grati allo stomaco, & fritto il rosmarino insieme co'l pepe lo rende più sano.

RVCHETTA.

Ignitam Venerem, lentos Eruca Hymeneos
Excitat,& tremulis optima populitibus.
Colfacit, & siccat, tennat, concoquit instat.
Enecat, & tineas, ac caput esa ferit.

Ruchetta. Nomi. Lat. *Eruca.* Ital. *Rucheta, & Rucula.*

Qualità. E calda nel secoudo grado,& secca nel primo la domestica, ma la saluatica è più calda, e più secca, assottiglia, apre incide, & è astersiua.

Megliore Scelta. La migliore è domestica tenerina, che non habbia fatto nè fiori, nè seme.

Virtù. Giouamenti. Dissolue la ventosità, prouoca l'orina, aiuta la digestione, è gratissima nell'insalate, accresce la sperma, e dà fortezza nelle battaglie, e moltiplica il latte.

Vitij. Nocumenti. Eccita venere, offende la testa, & infiamma il sangue.

Mistura. Rimedi. Si mescolino con essa le frondi della lattuga che così si fa vn vgual temperamento, ouero con endiuia, ò portulago, & è più conueniente ne'tempi freddi. che ne'caldi: non si mangi sola ma con herbe frigide.

SALVIA.

Saluia costringit, lotium mensesque ministrat.
Ictibus aduersa est, vlceribusque malis.

Vix

Vix sicca est calido, stomachũ, & cerbella iuuabit
Certa salus tremulis Saluia pop litibus.
Dentibus, vrinæ reclusæ menstrua ducens,
Hæc eadem influidis ventribus apta satis.

Nomi. Lat. *Saluia, herba sacra*, Ital. *Saluia*. *Saluia.*

Qualità. Scalda manifestamente, e leggiermente disecca, & stringe, è calida nel terzo grado, & secca nel secondo.

Scelta. La domestica è migliore della saluatica.

Giouamenti. Conforta mangiata lo stomaco, & la testa, conferisce nelle vertigini, & nell'hemicrania, temperamento con la sua decottiene il uino, o mangiando auanti il cibo quattro, ò sei frondi fresche, vale a morsi de serpenti, corrobora gl'intestini, e conferisce a paralitici, epilettici, prouoca i mestrui, e l'vrina, e ferma i flussi bianchi delle donne; la poluere della secca è gratissima per condimento de' cibi & è salutifera al corpo, vale a tutti i difetti frigidi della testa, e delle gionture, fà fecondo le donne sterili, vsandole ne' cibi, e la sua decottion sana il prurite de' genitali, vsasi nelle salse, e ne' sapori per eccitar l'appetito, masſime, quando lo stomaco sia ripieno di crudi, e catiui humori; mangiata dalle donne grauide fa ritener le creature, le quali fortifica lo spirito vitale: la conserua fatta di fiori con zuccaro fà i medesimi effetti, e ne gli vnguenti doue và il mercurio, *Vertigine.* *Hemicrania.* *Giontu[re]* *Prurit[e]* *Abort[o]* *Mercurio.*

bisogna senpre mortificarlo con la saluia.

Mocumenti. Il suo odore fa dolore di testa posta nel vino imbriaca, perilche auertiscono quei che sono esposti a catarri;& qualche volta è velenosa, percioche s'infetta essa facilmente da'serpi e da'rospi de gl'horti con l'alito loro velenoso,& con la saliua pestifera

Serpi, & rospi.

Rimedi. Si laui con vino, & per tutto la saluia deue essere accompagnata con la ruta ne gli horti, accioche non sia infettata da gli animali velenosi, che si ricouerano volontieri, sotto la saluia. Non si conuiene a gioueni, ne al tempo della state.

SENAPE.

Vome olitor lachrimas dabis ex arsura Sinapis,
Cura tibi est, miserum pæna sequetur opus.
Phlegmato; muccosum vel si attenuata lienem
In caput, & febris ingegniose potest.
Pellicere, exanimen norit si prouida vuluam,
Sol uat, & angustis imperet illa locis.
Inque venenates fungos victura feratur,
Dira prius lachrimis vult maduisse tuis.

Nomi. Lat. *Senapi.* Ital. *Senape.*

Senape.

Qualità. E calda,& secca nel quarto grado.

Scelta. La migliore è fresca.

Giouamenti. La mostarda fatta col suo seme prouoca mirabilmente l'appetito, ma per

Appetito.

esser

ser fumosa qualche volta dispiace. Di questo seme con aceto,& mele fattene pasta,se ne fan pallottine seccandole al forno,ò al sole, si riserban per vso de'cibi, stemperandole con aceto, sono molto diletteuoli al palato,e vtili allo stomaco, Mangiasi la mostarda, per tirar fuori dalla testa le flemme,& leua i difetti della milza, & emenda il veleno de'fonghi.

Mostarda.

Nocumenti. La mostarda fatta di questo seme è fumosa,& se ne và col suo vapore in alto, penetrando qualche volta con dispiacere nel naso,& nel ceruello, & prouoca starnuti.

Rimedi. Quando la mostarda offende il naso,s'odori il pane,&si mescoli con mosto cotto per corregerla.

SERPOLLO.

Serpillum Serpens obstat Serpentibus atris.
Cit lotium, & Menses, tormina sedat idem,
Menstrua serpillum, vesicæ pondere tabem
Pectore ad infirmo,subtrahit igne suo.

Nomi. Lat. *Serpillum*. Ital. *Sepillo*.

Qualità: E caldo,& secco nel terzo grado.

Serpollo.

Scelta. Il domestico, cioè, il trapiantato è megliore.

Giouamenti. Per il suo grato odore diletta ad ogn' vno, conforta lo stomaco & per

questo è buon ne' condimenti de'cibi, e i le salse, Ferma i vomiti del sangue: con me. è buon per il petto. Mescolasi nelle insalate, e leua il fetore dell' aglio, delle cipolle, e dei porro; prouoca ancora i mestrui, e l'vrina.

Fettor dal'aglio

Nocumenti. E molto acre, e infiamma il fegato.

Rimedi. Bisogna vsarlo l'inuerno, e mescolato con qualche herba frigida e manco nociuo, a'vecchi è molto conuiniente.

SPINACI.

Si leuioris edas brumæ Shinacchia, primum.
Eijce ius succo, & dilue amygdaleo.
Si stomachо minus inuisa, & precordia, & alu um
Mulcet, clamosis commoda pleuriacis.

Spinaci.

Nomi. Lat. *Spinachium.* Ital. *Spinaci del seme spinoso.*

Qualità. Son frigidi, e humidi nel primo grado.

Scelta. Son buoni teneri nati in grosso terreno e ruggiadosi.

Giouamenti. Allargano il petto, giouano al la tosse, rinfrescano i polmoni, e il fegato, temperano il feruor della colera, muouon il corpo e se ben nutriscono poco, nondimeno non son di cattiuo nutrimento.

Nocu-

Nocumenti. Generano molta ventosità, e offendono gli stomachi frigidi; e mangiandone in souerchia quantità souerton lo stomaco.

Rimedi. Si cuocono nella padella nel proprio liquore, e poi si condiscono con pepe, ò canella, sale, e vua passa, con agresta, o succo d'aranci lauata via l'acqua loro con olio, pepe succhi acetosi, e vua pasa, opera se ne fà con agliata, come vna frittata nella padella, o con latte d'amandole.

L'acqu de gli S nacci si getta.

SIO.

Cœna paludosis quod natum, & crescat in vndis,
Credideris gelido rore iuuare Sium
Falletis, exustum est, vesicam, & menstrua soluit,
Saxaq; de lumbis pul uerulenta trahit
Miraris? pluuio tantum hoc depacitur imbre.
Quisquid ab ætherei, est potis hausit aquis.

Nomi. Lat. *Sium Lauer*. Ita l*Sio*, *Laui*, *Gorgolestri*.

Sio. Laui.

Qualità. E caldo, e secco, come dal suo odore si può comprendere

Scelta. E buon il tenero e quel che nasce in acque limpide.

Giouamenti. Mangiasi nelle insalate, cotto, e crudo, rompe, e caccia fuori le pietre delle reni, e della vessica, prouoca l'vrina e i mestrui,

Ren

mestrui, & il parto. & gioua alla dissenteria, conuiensi a gli hidropici, & gli itterici, & all'opilationi del fegato, e fa buona vista.

Nocumenti. Crudo è poco grato allo stomaco.

Rimedi. Si mangi cotto, ouero nell'insalate mescolati con latuga, acetosa, & boragine, & altre herbe simili.

TRIBVLO.

Tribul e in vndosis si nate paludibus alges,
Curtamen iratæ cornua frontis habes,
Secretamen tutamur opes sub cortire dulcis,
Esca latet, dulce hoc neo sibi ab igne datur.
Et mibi ab æthereo numero a potentia rore,
Me maris, & cœli prouida cura fouet.
Langenter vereor fauces. me mandere lumbus
Discupit vrina, hinc quum necnit ve lapis
Ex me mica inuat, grauidas, sed contrahit aluos
Me miserum mortis das mea causa mihi.

Nomi. Lat. *Tribulus*. Ital. *Tribulo acquatico.*

Qualità. E composto d'vna essenza humida poco frigida, & d'vna secca non mediocremente frigida.

Giouamenti. Mangiansi questi frutti come le castagne, onde si chiamano castagne aquatiche in alcuni luoghi, doue il grano è caro

da

'ributa.

da pouera gente li secca, & sanne farina, & dipoi pane come altri fa nelle montagne delle castagne secche; & alcuni cuocono i triboli sotto la cenere calda, & se li mangiano con molto gusto in fin del pranzo, & della cena: prouocano l'orina, & vaglion al mal della pietra. *Pane.*

Nocumenti. I triboli stringono il ventre.

Rimedi. Si mangiano ben cotti, & accompagnati con zuccaro.

AVERTIMENTI NELLE RADICI Dell'Herbe.

S'E fin quì detto a bastanza delle herbe, che vengono in vso del cibo. Resta hora di trattar delle radici, intorno alle quali è d'auertire, che la primauera, & la state la lor virtù se ne và nelle frondi, nelli fiori, & ne semi. Ma l'Autuno, & l'inuerno sono potenti, & vigorose Bene è vero, che l'vso loro serue più alla Medicina, che al cibo; percioche sono quasi tutte di cattiuo succo, & difficili a digerire. Si mangiano sicuramente quelle radici che sono di piante domestiche, che sono in vso, & tenere, & di piante gioueni, & cauate di fresco. Hanno le radici due parti, la scorza, & la parte legnosa & in alcune è meglio la scorza: & la parte esteriore è più calda dell'interiore, & questo nelle radici fredde è meglior la parte

esteriore, come nelle calde l interiore, massime non essendo legnosa. Quanto poi alla lunghezza, la parte di mezo è megliore eccetto in quelle piante, c'hanno la midolla dolce presso a lor germini, come ne'Cardi.

AGLIO.

Allia calfaciunt, sicantq; venenaq; vincunt.
Visum hebetant, stomachũ lædere cruda solent.
Si quod ... na sapis, minimũ est insulsa. Quid optas
Horrida cum exustis Allia verticibus?
Hæc graue olent capiti nec conuenientia ocellis,
Pulmoni, & raucæ sint licet apta gulæ.
Hæc vt noris edas, quantas prorumpet in iras
Vessica, & venter depositurus onus.

Nomi. Lat. *Allium.* Ital. *Aglio.*

Aglio. Qualità. E calda, & secca nel quarto grado, è acuto, & ha facoltà mordicatiua, digestiua, aperitiua, & incisiua.

Scelta. Il fresco è megliore, ch'è quello che la Quaresima si mangia nell'insalate, & il secco che si ripone, che habbia molti germogli.

Veleni. *Teriaca de villani* *Vermi.* Giouamenti. Mangiato ne' cibi è rimedio a tutti i veleni, è però si chiama la Theriacha delli villani. Ammazza, & caccia fuori i vermini del corpo, prouoca l'orina, & gioua al morso delle vipere, è vtile a gli hitropici,

aila

alla tosse antica & fà buona voce. Ripara a' nocumenti che dar possono la mutation dell'acque, & dell'aria, Corregge la frigità, & humidità dell'insalata. A i nauiganti è sommamente vtile l'aglio, perche rettifica l'Aere corrotto dalle puzze delle sentine, e resiste alla nausa del mare. Fassi dell'aglio con noce, sale, e pane l'agliata con due frondi di saluia, che è grata al palato, e al stomaco, & eccita l'appetito.

Aque come si corregono.

Aeretificare.

Nausea del mare

Nocumenti. Eccita venere, nuoce alla virtù espulsiua, al ceruello, alla vista al capo e fa venir sete, nuoce alle donne grauide, e rinuoua le doglie antiche, e fa adduſtion di sangue, nuoce alle morici, e alle donne che allattano. Fà mal fiato, e noioso, è cibo acuto: & offende il fegato, che e principal fōdamento della sanità, & quando l'aglio germina è più nociuo, che il germinare è sogno di putredine.

Fiato.

Fegato.

Rimedi. Cocendosi perde la malignità, ma le sue virtù diuentano più deboli. Mangiandosi con olio, e aceto, ò con altre viuande il crudo è manco nociuo. Si conuiene a'vecchi, e l'inuerno, ma è contrario a'giouani massime la state, Si leua la puzza dell'aglio mangiando dapoi faue crude, apio verde, e foglie di ruta fresche.

CA-

CAROTE.

Difficilis coctu est, inflatq; Carota, paresq;
Ipsa gerit vires quas communis habere
Pastinaca solet, condita hæc estur aceto
Rubra, sed alba modo rapæ est in iure coquenda
Carnium.

Nomi. Lat. *Carota.* Ital. *Carota, & Carotela.*

Carotta. Qualità. Sono calide nel secondo grado,& humide nel primo.

Scelta. Scelta. Le rosse sono megliori, le grosse, dolci & quelle dell'inuerno.

Bianche. Giouamenti. Le rosse, & le bianche sono di buon gusto nelle mense, tanto nelle insalate, quanto in minestre, prouocano il latte i mestrui & l'orina, & aprono l'opilationi.

Nocumenti. Nutriscono manco delle rape, nè si digeriscono cosi facilmente,& generano ventosità, non danno troppo buon nutrimento

Virtù. Rimedi. Le lesse cotte bene, & condite con aceto, olio, & senape ò coriandro, ò pepe: & le bianche cotte in buō brodo di carne perdono la loro malitia.

CIPOLLA.

Cæpa iuuat stomachum, reuocando sitimq; famēq;
Calfacit, incidit, largior vsus obest,

Nomi.

Nomi. Lat. *Capa.* Ital *Cipola.*

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca, nel secondo. *Qualità*

Scelta. Le migliori sono le grosse, nate in luoghi paludosi di molto succo, di forma ritonda, le Gaeta ne sono ottime, & le rosse.

Giouamenti. Vale al nocumento della mutatione dell'acque. Fà venir buono appetito, assotiglia gli humori, fa buon colore, accresce la virtù genitale.

Nocumenti. Cruda mangiata in molta quantità fa dolere la testa, infiamma il sangue offusca la vista, & nuoce all'intelletto, accresce la libidine, apre le morici, & induce sonno profondo. *Intelletto.*

Rimedi. Cotta perde ogni malitia, & diuenta bonissima, massime se si mangia cotta col petrosello, mangiandola cruda si faccia star tagliata in acqua fresca, che all'hora diuenta dolce, è cibo da contadini, & da quelli, che molto s'affaticano, & si conuiene a' tempi, all'etadi, & alle complessioni frigide, ma nuoce alle contrarie.

FONGHI

Noxius est vsus Fungorunm, nanque venenum
Exitiale ferum: praua alimenta creant.
Si placeant, rubidi caueas contagia ferri;

Cumque

Cumque venenatis putrida quæq; lotis,
Fungus obest capiti,& stomacho, caligine sensus
Velat, & est cordi perniciosa lues.
Neq; salutiferi medicamenta pura Falerni
Hauseris, vrinæ Vixerit apta via.
Punge, vale, geditum nil miror nocte sua vna,
Sic properant rubido noxia queq; pede.

Nomi. *Fungius*. Ital. *Fonghi*

Fonghi. Megliori

Qualita, Son frigidi quasi vicino al quarto grado,& humidi nel secondo.

Scelta. Quei che nascono ne nostri monti Apennini l'Aprile ne'prati, detti spugnoli, oue so prataioli, quelli che sembrano rossi d'oua, che si chiamano boleti, e quelli che son prodotti nel legno del pioppio.

Fonghi. Pietre.

Giouamenti. Son grati allo stomaco, perche fan venire appetito, e riceuono tutti i sapori. I fonghi poiche nascono nelle pietre secchi all'ombra, e poluerizati presi al peso d'vno scropolo con vino, o brodo, mitigano i dolori colici, e renali, prouocando l'orina, e cacciando fuor le piettre, e le renele, ma si piglia quattro hore auanti al cibo.

Nocumenti. Causano lo stupore, e l'apoplessia, e soffocano.

Fonghi salati.

Rimedi. Gli insalati diuengono securi, mondati, e bencotti si possono mangiar securamente cocendoli con pere acerbe, basilico, pane oglio, e calcamento conditi poi con olio, sale,

ſale,e pepe. il meglio è mangiarne pochi,e be-
uergli appreſſo uino buono.

FONGO DI PIETRA.

Vltimus expoſcit primos ſibi lyncis honores
Fungus, honoratas dignus addire dapes
Igneus eſt, iecori, & renum medicina lapillo,
Veſicæque datur, prandia grata gulæ.
Quod lapide eſt ortus forſan mirabere? mirum,
Gradius eſt, lapidem mox alit ille ſuum.

Nomi. Lat. *Fungus lyncurius, & lynceus,* ital. *Fongo di Pietra.*

Fonghi di pietra.

Qualità. Non è di quella frgidità, che gli al-
tri fonghi, e però è aperitiuo.

Scelta. Son buoni quelli che naſcon nella
montagna di Collepardo giuriſdittion de gli
Illuſtriſſimi Signori Bologneſi, dal qual monte
ha origine l'acqua d'Anticoli.

Giouamenti. Queſti non ſon fonghi nociui,
anzi ſono medicinali, percioche ſecchi all'om-
bra, quãdo ſiano creſciuti alla grandezza di v-
na tauola d'vn tauoliero, biſogna applicar per
picciuolo all'ombra, in modo che non ſiano of
feſi da vento, ò da poluere, & come ſon ſecchi,
ſe ne fa poluere, della quale ſe ne dà da vno
ſcrupulo fino a due cõ acqua di fiori di faua, ò
con vino; ò con brodo di decottione d'anonide
quattro hore auanti al cibo, che mitiga i dolor

colici,& renali,prouocando l'orina,e cacciando fuori le pietre, e le renelle,fanno queste pietre i fonghi sotterandole in terra: coprendole di sopra con poca terra, & si deuono inacquat la sera, e la mattina, che non li tocchi il Sole: il piccolo, che resta nella pietra diuenta pietra accor lui, & cosi viene crescendo ogn'anno, & facendo più fonghi.

Dolori colici. *Pietre.* *Renelle.*

PASTINACA.

Pastinaca mouet lotium, cit mestrna, nutrit,
Excitat, & Venerem, terra venena fugat.
Ista licet stomacum, vel bis docoсta, lacessat,
Et coitum inflato rone superbaciet r
Si coquus & pipere, & melliti munere mulsi
Condiat,& stomaco grata erit & veneri.

Pastinaca.

Nomi. Lat. *Pastinaca.* Ital. *Pastinaca.*

Qualità. E calda valosamente, è astersiua, & sottigliatiua.

Scelta. Le tenere son megliori,& le nate in grassi terreni.

Condite.

Giouamenti. Mangiasi cotte,& condite in varij modi, come insegna il Platina nel lib. quinto cap.15.& han le medesime virtù, che le carote imperoche prouocano i mestrui,e l'orina,e approno l'opilationi.

Nocumenti. Danno dosio.& catiuo nutrimento, tardi si digeriscono, generano molta

ven-

ventosità, stimulan venere, eccitā la rogna, che generan sangue cattiuo, & piene di superfluità.

Rimedi. Perdono la malitia loro cocendolle bene, leuato prima il legnoso midollo di dētro, e poi con aceto, olio, & senape si condiscono ouero lesse prima, e poi fritte con butiro, ò con olio nella padella s'accompagnano con salse, ò sapori. Sono buone ne' tempi molto freddi per i giouani, & per tutte le conplessioni eccetto che per i vecchi, & flemmatici, Si ripara ancora a'nocumenti loro lessandole prima a due acque, poi ricondendole la terza volta con lattuga coriandro, & cipolla, aggiungendoui poi olio, aceto, pepe, & mele, o mosso cotto.

Cotture

PORRO.

Calfaci incidit Porrum, cit pectora purgat.
Somnia terra parit, viceribusq; nocet.
Tabida cui pulmonis membra, & anhelum.
Pectus eum Porri torida cœna vocet.
Cura mihi est stomachus placidissima sōnia dētes,
Bis licet elixum, non tamen illud edam.
Hoc celat ingrat cui fœmina cura colendæ,
Quique nec adstrictis renibus esse velit
Munera non tanti veneris pensantur, vt al uo
Postposita, irati tormina ventris amem.

Nomi. Lat: *Porrum.* Ital. *Porro.*

Porro.

Qualità. E caldo nel terzo grado, & secco nel secondo.

Scelta. il meglio è il coltiuato in luoghi acquosi, e sia picciolo.

Giouamenti. Prouoca l'orina, & i mestrui, dissolue la ventosità, incita il coito, e cotto con mele purga, e netta i polmoni, e mangiato con sale, purga lo stomaco dalla flegma; le foglie cotte, & impiastrate giouano al dolore delle morici: cotto sotto la cenere, e mangiato supera de fonghi il veleno, risolue la crapola, e l'ebriachezza, sana i dolori colici, conferisce à gli asmatici con acqua d'orzo, o mele, sana la tosse, fa buona voce, fa le donne feconde, cotti i suoi capi, due volte mutando l'acqua, fermano il ventre, & giouano al tenasmo.

Morici.

Nocumenti. Genera ventosità mangiato crudo, offende la testa, fa sogni horribili, offusca la vista, aggraua lo stomaco, e nuoce a l'vlcere delle reni, & della vessica; Fa il porro doler la testa, genera cattiui humori, corrompe le gengiue, e i denti.

Testa. Gengiua

Rimedi. Si leuano i suoi nocomenti cocendolo due volte, e poi mettendolo in acqua fresca, & s'apparechia con olio d'amandole dolci e con esso mangia lattuca, endiuia, & procaccia: è cibo da villani, & da chi molto si fatica; è pessimo il porro in tutti i tempi à tutte l'etadi, e complessioni, & si deue mangia dopò gli altri cibi.

RA-

Calfacit hortensis Raphanus ructusque; mouebit;
Proderit ante epulas, postea sumptus obest.
Hinc eat, aut Raphanus postremo accũbat in orbe,
Mensa magis sapida, si sit onusta dape.
In caput, & dentes, limosque igne in ocellos,
Sæuit, & hinc stomachus, nauseat assidue.

Nomi. Lat. *Raphanus, & Radix,* ital. *Rafano, & Radice.* *Radice.*

Qualità. E la radice calda nel terzo grado, e secca nel secondo; è digestiua, incisiua, astersiua, e rarefattiua.

Scelta. Le migliori radici son quelle che sono tenere, acute, & che habbino ben sentito il freddo, & quelle che hanno la scorza negra sono di soaue gusto.

Giouamenti. Mãgiata prouoca l'vrina, mollifica il ventre, manda fuori le pietre, e la renella dalle reni, & dalla vesica sono le radici, grate allo stomaco, tagliandole minute, mettendole nell'acqua, e insalate, moltiplica il latte, & fan saper buon il bere, chiariscon la voce, & vaglion contra il veleno de' fonghi, acuiscon i sensi, lesse vaglion alla tosse antica, muouono il corpo mangiate dopò gli altri cibi. *Latte.* *Fonghi.*

Nocumenti. Fa smagrire, genera ventosità, moue rutti puzzolenti, tardi si digerisce, offende la testa genera pidocchi, nuoce a' denti, e la vista, accresce i dolori artetici, fa raucedine.

Radici dopò cena nociue. Rimedi. Tagliata minuta, & infusa nell'acqua, & poi insalata è manco nociua. Mangiata dopò cena nõ aiuta la digestione come molti han pẽsato, anzi molti ne son restati offesi, ben è vero che a quelli che hanno stomaco caldo non atto a generar ventosità si conuengono le radici nel principio della cena, ma quando fusse il contrario, dopo cena son più secure. Son buone ne' tempi freddi per i gioueni, & per quelli che molto s'affaticano, & sono (come s'è detto) di caldo stomaco.

RAMORACIA.

Syluestris Raphanus tenuans est, calfacit, inflat,
Vincit, & hortense viribus iste suis.

Ramoracia. Nomi. Lat. *Armoriaca, Raphanus Syluestris,* Ital. *Ramoracia.*

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca nel secondo, & è più acuta della radice.

Scelta. Le megliori sono le tenere, & che hanno le radici biforcate.

Giouamenti. E grata al gusto, prouoca l'orina, & i mestrui, gioua a gli hidropici, & a gli splenetici, acuisce i sensi, è efficace contra la tosse antica, & morsi delle vipere, & è salutifera a coloro che si strangolano per hauer mangiati i fonghi, cacciano fuori le renelle, & le pietre *Sensi.* *Fonghi.* *Pietre.*

della

della vesica, & il suo succo beuuto nel bagno al peso di due once caldo, rompe le pietre, & quelle reni le caccia fuori, ma quelle della vessica, se son frigili le spezza solamente: il medesimo succo tira fuori del petto la marcia, & vale contra veleni, massime l'olio che si caua del suo seme. in somma è più efficace in tutte le cose della domestica.

Olio de seme.

Nocumenti. Genera ventosità muoue tutti frigidi, infiamma il fegato, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si leuano i nocumenti dalla ramoraccia con il suo seme, ouero amente cocendola, & mangiandone in poca quantità; e conueniente l'inuerno, a gl i stomachi robusti, & calidi.

RAPA.

Rapa ciet lotiū, & venerem confertque podagris
Antidotum est, & alens, praua alimenta parit:
Sunt calidæ, & rigido gaudentes frigore Rapæ.
Humidus hinc illis turgidusq; liquor;
Gloria Nursinus, sitientes cedice Napi.
Educet ipse licet, vos Amiternus ager.
Cum sapiat veneri magis, hæc si crassa, & obesa,
Cæna ea postremo lenta sub orbe serat.

Nomi. Lat. *Rapum, & Rapa.* Ital. *Rapa, e Rapo. Rapo.*

Qualità. E calda nel ſecondo grado,& humida nel primo.

Norcine. Scelta, Le Rape buone ſono quelle che ſnaſcono in luoghi graſſi,& colte in tempi freddi, & le Norcine ſon le migliori.

Cottura. Giouamenti. cotte in brodo di carne ſono le rape di gran nutrimento, & le cime mangiate leſſe prouocano l'vrina, accreſcono il coito,& fanno buona viſta; fanno appettito ſerbate in ſalamoia; ſon le rape di grau nutrimento, cotte in brodo di caſtrato, vagliono contra la quartana,& altri mali malenconici,& aggiuntoui finocchio aſſottiglian la viſta.

Nocumenti. Genera ſventoſità,& acquoſità nelle vene, & opilatione ne' porri. E di tarda digeſtione, & tal'hora mordifica il ventre,& lo fa gonfiare, riſcalda le reni; cruda ò nemica allo ſtomaco arroſtite. & acconcie con aceto in inſalata eccitano l'appettito, ma ſono ſoffocatiue ſe hanno niente di fumo.

Cottura. Rimedi. Poſte le Rape nell'acqua fredda, & due volte cotte, butando via quell'acque, ſi cuocono in brodo di carni graſſe con finocchio; l'arroſtite per inſalata nõ ſi ponghino ſopra i tizzoni, oue è il fumo, perche acquiſtano qualità ſuffocante, ma ſi cuocano ſopra i carboni aceſi.

Cœna mihi scite est aptum. Ascalonia tarde.
Ieiunis veniunt destituenda coquis.
Illos colfaciant, hebeti repleantq; liquore.
Vtq: minus noceant, illa recocta vorent.

Scalogn

Nomi.Lat. *Ascalonia* Ital.*Scalogne,& Bulbi.*

Qualità. E calda quasi nel quarto grado,& secca nel terzo.

Scelta. Le picciole sono megliori rosse,dure, & dolci.

Giouamenti. Souo molto grate nelle mense per primo pasto, per suegliar l'appetito,dal souerchio caldo debilitato,&perche faccia ancora più saporito'l bere; accresce il coito, e lo sperma.

Nocumenti.Genera ventosità,moltiplicangli humori grossi, fan dolere la testa & inducon sete,& sonno offendon la uista, elasperano la lingua, & le fauci, è da guardarsi dal copioso vso loro,perche offendono i nerui onde sono a'vecchi & a gli epilettici molto nociui.

Rimedi. Si ammacano prima, & infuse per vn pezzo nell'acqua fresca si condiscono con aceto, olio, e sale, aggiungendoui saluia trita, & petrosello. Restano ancora senza malitia, se due volte lesse si condiscono come si è detto, che all'hora son più soaui, e più nutritiue, e più nette di ventosità, e più facili a digerire, ma voglio o poca cottura. Si conuengono

Cõditur

gono alle complessioni calde, condite come si è detto.

TERTVFI.

Tubera, bilem atram generant ægreq;coquuntur,
Et capiti, & neruis, ventriculoq; nocent.
Vltima sin nostræ posit pulmentaria cœnæ,
Mixta sit in nostris, vt venus ipsa iocis.
Si turgent, æquum est, ventosa tonitrua, & imbres
Hæc genuere: piperchiæq, vine bibam.
Sic facile stomaco sunt adducenti a chymos,
Nec vesica tumet, nec dolet Iliacus.
Cui caput obtusum, & triste est, mollesq; lacerti.
Exeat, his tantum Tubera cœna negat.

Tartufi Nomi. lat. *Tubera.* Ital. *Tartufi, & Tartufoli.*

Qualità. Son caldi, & humedi nel secondo grado, riceuono tutti i condimenti che lor si danno.

Scelta. I maschi, cioè i negri son meglior de i bianchi, che son femine, e grossi parimente, e grandi, con la scorza granellosa & dura, molto freschi, non putridi, e di buon odor.

Giouamenti. Si mangiano cotti, & crudi, son soaui al gusto, perche hanno odore di carne ecitano gl'appetiti venerei, & moltiplicano lo sperma, generano grosso nutrimento, ma non cattiuo; sono buon succedaneo de' tartufi, Castagne le castagne cotte sotto la cenere, poi monde, & cotte

cotte,in vn tegame, con pepe, olio,& ſucco di aranci,con vn poco di ſale,meſſi i tartufi nelle caſſe danno alle veſti non ingrato odore.

Odore delle veſti.

Nocumenti. Sono ventoſi, malenconici. & inimici a' nerui, alla teſta, & allo ſtomaco, e fanno triſto fiato, e vſandoſi ſpeſo generan apopleſſia, & paraliſia & ſono difficili a digerire; quelli che ſono arenoſi, ſono inimici à' denti. Se ne trouano oltre a ciò di quelli che ſtrangolano a guiſa de'fonghi: fanno dolori colici, & difficultà d'orina, & fan venir la podagra.

Denti.

Cottura.

Rimedi. Si lauino con vino, ſi cuocano ſotto la cenere, poi mondi ſi ricuocano con molto olio,pepe,& ſale,& ſucco de limoni,ò d'aranzi, ouero ſi facciano bollire in brodi graſſi con canella, e appreſſo ſi beua vin buono,& puro.Ma biſogna mangiarli in fin del paſto.

AVERTIMENTI FRVTTI.

QVantumque i frutti nel reggimento della ſanità non conuengono per nutrimento, eſſendo che poco nutriſcano, g genenino ſangue putrido, & ſiano pieni di molta ſuperfluità; nondimeno gl'huomini gli vſano per molte altre vtilità.dal che ſi conclude,che non biſogna vſarli troppo frequentemente, nè in gran quantità, perche quel che ſi piglia per medi-

medicina, & non per nutrire, bisogna pigliarlo in poca quantità. Hora la prima vtilità, che si riceue da i frutti è, che mitigano la collera, estinguono al feruor del sãgue, e rinfrescano, e homettano il corpo. Et a questo effetto bisogna mangiarli auanti al cibo, & beuerui sopra vino inacquato, accioche più presto passino alle vene, e rinfreschino, e così la state sono conuenientissimi alle coleriche, e sanguigne complessioni. La seconda vtilità, che lubricano il ventre, & per questo bisogna mangiarli nel prencipio della mensa, & si deue mangiar subito sopra altro cibo; ma bisogna intermetterui vn poco di tempo; questi sono l'vna, i fichi pruni, i mori, le persiche, e le cerase. La terza vtilità è, che constringono il ventre, & per questo effetto bisogna nel principio del pasto mangiarli, e tali sono i cornioli, li cotogni, e nespoli, lazarole; ma non bisogna mangiarne in gran quantità, perche difficilmente si digeriscono e sono di nutrimento cattiuo; ma nell'vso de'frutti, bisogna seruar queste regole.

Frutti. loro vtilità.

Regole de' frutti

I. Chi tutti i frutti si fuggino da'podagrosi, massime gli humidi, e acquosi, e viscosi, che non c'è cosa più vaporosa.

II. Ghe tutti i frutti freschi, e humidi son peggiori de'secchi.

III. Che i frutti, che si mangiano dopò il cibo sono megliori cotti, che crudi.

IV. Che i frutti lenitiui del ventre sempre si

man-

mangino auanti,all'altri cibi,come i costretti-
ui dapoi.

V. Ch'i frutti stitichi presi auanti al cibo
stringono, come presi dopò il cibo soluono il
ventre.

VI. Chi ha lo stomaco frigido, e humido mã
gi cibi calidi, e secchi, ma se sarà lo stomaco ca
lido, secco, e mangino frutti frigidi, e humi-
di, che in questa guisa non noceranno.

VII. Che i frutti si vsino perfettamente ma-
turi, eccetto i mori, i quali bisogna vsarli prima
che per la maturità diuentino negri, perche
così son cibo di ragni, e di mosche, e infettan-
do il sangue lo preparano alle putredini.

VIII. Che la diuersità de'frutti non si vsi in
vna mensa medesima.

IX. Che quelli sono meglıori frutti, e più
laudabili, che son manco putrescibili; e parimẽ
te bisogna guardarsi da quei frutti, ne'quali al-
bergano vermi, che generano febri continue;
& questi si conoscono che sono scoloriti, & per-
che de'frutti de gli albori si ritrouano trenta
sei sorti, delle quali dodeci si mangian tutti, di
questi trattaremo nel primo luogo.

Frutti venenosi.

CEDRI.

Medica mala sumus, pelli vis ignea nostræ est,
Humentis brumæ, neç bene cocta caro.

Ter-

Terreus est humo, sectantur semina pellem.
Flos calet, & folium, sic voluere Dei.
Tarda caro est succus choleram fluxusq; moratur
Cor tepet hinc ardens, hinc tua membra nitent.
Semina, flos folium, & cortex frigentia mulcent
Corpora, & epurant aera pestiferum.
Cola tamen volumus maddi, sic gratus, olescẽs.
Nos bona dic veneri non mala, nec medica.

Cedri. Nomi Lat. *Citra mala, mala medica.* Ital. *Cedri.*

Qualità. La scorza è calda, & secca nel terzo grado, la polpa refrigera nel primo grado, & humetta; l'agro è freddo, & secco nel nel terzo grado: il seme è come la scorza.

Giouamenti La sua scorza mangiata è vsando la sua decottione fa buon fiato, & fa digerire il cibo; il seme rimedia a tutti i veleni, massime à quel de gli scorpioni beuuto, e prouoca i mestrui, & ammazza i vermi del ventre presto e dato con agro di cedro à digiuno, mangiato tutto vale contra la peste, contra l'aria corrotta, e contra veleno; l'acqua stillata di tutto il cedro è molto soaue al gusto, & sommamente conferisce al cuore, e al ceruello, & data con la conserua di cedro, è mirabile contra le febri pestilentiali, ch'estingue la sete, & le febre, & resiste alla putredine, e alla concottion de gli humori, e l'acqua stillata da fiori e valorosissima contra la peste, e contagion dell'aere, contra le febri pestilentiali, & le petecchie, che è mol-

Veleni.

Acqua di Cedro.

è molto amica al cuore, prouoca valoroſamẽte il ſudore, e leggiermente eccita il vomito. Leggeſi che mandandoſi due alla morte, paſſando dinanzi ad vn hoſte che mangiaua il cedro, moſso egli à compaſſione di quei miſeri gli diede à mangiar del cedro, per confortarli, giunti poi al luogo doue hauean da morire, fur morſi da ſerpenti ſenza eſser pũto offeſi, e fu penſato, che ciò auueniſſe per i cedri mangiati, onde la mattina ſeguente ſi diede a mangiare il cedro ad vno, e all'altro nò. & percoſſi da quei fieri, & velenoſi animali, quel che hauea mangiato il cedro campò, & l'altro morì, e coſi manifeſtoſſi qnanta forza haueſſe il cedro contra il veleno: La ſcorza condita è molto vtile alle coſe ſudette, & l'olio cauato dalla ſcorza, o dal ſeme è molto cordiale vngendoſi i polſi, & la ragion del cuore.

Cedro cõ tra veleni

Scorza di cedro condito.

Olio di cedro.

Nocumenti. Si digeriſcono tardi, ſon moleſti à quei c'hanne la teſta calida, & mangiati la ſera cauſano vertigine.

Rimedi. Le viole, o il zuccaro violato mangiato dopò loro, leua la lor malitia, e conditi con zuccaro ſon buoni ad ogn'vno, & ogni età e ſtagione.

Vertigine.

CELSI.

Acribus eſt gelidus ferueſcens dolcibus humor.
Dulcia mox putrent mora vorata tibi.

Acris

Acria ventres choleram ſubgentia durant.
Veſicæ elfluxus plenior inde tibi eſt.

Moro.

Nomi. Lat. *Moro* Ital. *Moro & Moro celſo.*

Qualità. Le more quando ſon mature ſon calde temperamente, & humide nel ſecondo grado. L'acerbe ſon frigide & ſecche.

Scelta. Le megliori ſon le negre, le groſſe, e ben mature, non toccate da animali, & colte auanti il leuar del ſole.

Giouamenti. Leniſcono l'aſprezza della gola, leuano la ſete, lubricano il corpo, eccitano l'appetito, & ſmorzano la colera, mangiate auanti al cibo, preſto ſcendendo dallo ſtomaco ma mangiate dopò, ſubito ſi corrompono, il che fanno ancora quando ritrouano nello ſtomaco cattiui humori.

Nocumenti. Danno pochiſſimo nutrimente come fanno i peponi, nondimeno non cauſano il vomito, nè ſon contrarij allo ſtomaco come quelli. Generano ventoſità, fan dolore di ſtomaco, & lo conturbano; ritrouandolo pieno di cattiui humori, & facilmente ſi corrompono.

Vino.

Rimedi. Lauate col vino ſon manco nociue, e parimente mangiandoci qualch'vna dell'acerbe, & mangiandole con vn poco di zucchero. Si conuengon la ſtate à gioueni, che ſono colerici, & ſanguigni, e che hanno lo ſtomaco netto da cattiui homori.

CO-

Sicca leuis brume, quod poma Cydonia mele,
Cocta iuuent stomachum mensa secunda rogat.
Frenant vina, tument, fluxus remorata lacertis.
Sunt nocua, & nimio cui sibus apta cibo.

Nomi. Lat. *Cotonea mala*, & *Cydonia*. Ital. *Mele cotogne*.

Qualità. Sono le cotogne frigide nel primo grado; & secche nel secondo, & sono constrettiue. *Cotogni*

Scelta. Le mele cotogne sono meglio, che i peri cotogni, che questi sono maggiori, e quelle sono picciole, piatte, compartite in fette, gialle, le nuginose, più odorate dell'altre, & deuono esser ben mature; le terze mele cotogne, poi sono quelle, che sono insitate l'vna nell'altra. *Fette.*

Giouamenti. Si mangiano nelle seconde mense, che sigillano lo stomaco, aiutano la concottione, & muouono il corpo, se si mangiano in quantità: & se bisogna di restringere il corpo, si deuono mangiare auanti al cibo, che così assicurano la testa dell imbriachezza. sono grate al gusto, risuegliano l'appettito, rallegrano, & confortano il cuore, fortificano la bocca dello stomaco, stagnano i flussi, & racconciano gli stomachi guasti, & fermano il vomito, & tengono a basso i vapori, che non ascendono alla testa, & benche siano constrettiue,

prouocano nondimeno per accidente l'orina;mangiate crude giouano alla dissenteria, & a gli spiriti sanguigni , & rafrenan i veleni mortiferi ; le cotognate fatte con melle , ò con zuccaro, sono vtili a i sani , & a gl'iufermi;fassene ancora vn'vtile siroppo,col quale si fanno gl'intingoli,chiamato mina di cotogni .

Cotognate.

Siroppo.

Nocumenti.Mangiate crude generano ventosità, fanno dolor pungitiuo nel ventre, nuocono a i nerui,& fanno risuegliare i dolori colili , difficilmente si digeriscono , & odorate troppo spesso offendono la testa : quelle che si seruano per l'inuerno guastano l'vue se si appendono presso à loro, però bisogna appenderle separatamente, & nel mele si conseruano lungo tempo.

Cotogni come si conseruano.

Rimedi . Sono manco nociue quando sono ben mature,& cotte nel mele , ouero dopò che son cotte mettendoci sopra molto zuccaro,& muschio,ouero facendone la cotognata. Si cuocano ancora nel molto,& la più facile,& breue cottura è di mettere il cotogno in vn pignatto nuouo,coprirlo, & darli brascia di sotto,& di sopra nel coperchio .

CORBEZOLE: cioè ARBVTO.

Arbuta,sorba,tenent,fluidos,& mespola ventres,
Paruo succesc unt hæc tria poma gelu,

Hæc

e fugias nitido dum cortice poma robeſcunt,
'ixſimul eueniunt,& decor,& bontas.

Nomi.Lat. *Arbutus,& vnedo.*Ital. *Arbuto.* *Arbut*
atro, & Ceraſe Marine,& afriche,& Corbez
:.

Qualità. E il frutto d'acerba natura,aſtrin-
e corrobora.

celta. Le groſſe,e ben mature & nete ne'
i,& ne'monti.

Giouamenti. E molto valoroſo l'arbuto
e biſogna corroborare,& reſtringere.Daſſi
qua lambiccata dalle fondi,o da i fiori con
iere d'oſſo di cor di ceruo: ò del corno
ſo raſo ſottilmẽte,per coſa gioueuole nel-
eſte,maſſimamente auanti,che ſi confermi *Peſte.*
ale & la ſua decottione, & la poluere delle
di vtile il medeſimo, i frutti riſtagnano i
i,& ſon grati a'tordi,alli ſtorni, & merli.

Nocumenti. Sono queſti frutti al guſto ſcia-
, & auſteri, & nel mangiarli pungono al-
nto la lingua,& il palato,che par proprio,
ſiano piene di ſenſibili teſte, offendono lo
naco,& fanno doler la teſta.

Rimedi. Biſogna mangiarli ben maturi, &
ochiſſima quantità,anzi non biſogna man-
ne più d'vno, & però è detto queſto frut-
nedo.

Igne petet medico, primoque est tempore Ficus,
Mollior, vrenti mox sitit igne magis.
Candida, Perpureis, nigrisq; est gratior, omni
Piguor hæc fructu est, vberiusq; fouet.
Si noua sit nocua, ex stomacho, & de sensibus apta
Effluet, ardenti in sociala nuci est.
At siccata aperit sordisq; potentis effert,
Nec minus ista mali sanguignis esse solet.
Frigida, membra caleat Ficu, præcordia lenit,
Et caput, hanc primam mensa liberq; ferant.

ichi. Nomi. Lat. *Ficus.* Ital. *Fichi*

Qualità. Sono i fichi freschi caldi nel primo grado, & humidi nel secondo, ma i secchi sono manco humidi.

petie. Scelta. Megliori sono i bianchi poi rossi, & vltimamente i neri, e quelli che han la scorza più sottile più facilmente si digeriscono, si mangino i maturi, & senza scorze, ben netti, & mondi.

Giouamenti. Nutriscono ottimamante, purgano le reni della renella, preserua dal veleno, & nutriscono più de gli altri frutti cauano la sete, & nettano il petto, ingrassano, fan buon colore, giouano al coito: & ben maturi son sicurissimi. I secchi giouano alla tosse, si mangian contra la peste, con noci, foglie ruta, & sale, son buoni in tutti i tempi, massime l'Autunno, a

ı tutte le compleſſioni, & a tutte l'etadi, o a i decrepiti.

Decrepiti.

ocumenti. Generano ventoſità quando mangiano molti, offendono lo ſtomaco, a che patiſcono dolori colici, & che ſono di crudità, nuocono alle reni vlcerate; le ıe fanno venir ſete, & nuocono al fegato, e nilza, fanno venir la rogna, & generano itudine di pidocchi, & opilano.

imedi. Quando ſi mangiano i freſchi, bi- ı beuere appreſſo loro acqua freſca, sì he li fa più preſto deſcendere nel fondo ı ſtomaco, come ancora, perche tempera calore, ouero mangiarui ſopra granati, o cibi cōditi cō ſucco d'aranzi, ò d'acetoſa.

MELE.

ima ſunt, miniq; madentia Mala caloris;
ılcia ſed ſtomacho commodiora meo.
ı iuuant flummis agitata, ac noxia ventri
ırgebunt, neruis, & nocuiſſe volent.
aueas, mala ſunt, diraſq; mouentia febres.
rma placet nitidi corticis, eſca nocet.

Mele. Pomi.

omi Lat. *Mala*. Ital. *Mele, & Pomi.*
ualità. Le dolci ſono calde nel primo gra- ı humide temperatamente: ma le acetobruſche ſon fredde, & ſecche.

 Scel-

Scelta. Le mele sono quasi d'infinite sorti; mà le migliori sono le dolci, grosse, colorite, & sopra tutto che sian ben mature: le appie tengono il primo loco, il secondo le rose, & il terzo le dette, & quelle da Cametino,

Giouamenti. Confortano notabilmente il cuore, maturano, allargando il petto, il catarro, fanno sputare, & son vtili cotte alli] conualescenti, che hanno lo stomacho debile, percioche lo confortano, & eccitano l'appetito, ma cotte sotto la cenere, & mangiatone vn solo con anisi confetti. Si fa delle mele il siroppo de pomis, ch'è molto cordiale, & vale nelle passioni malenconiche.

Siroppo de pomis

Nocumenti. Nuocono a quelli, c'hanno lo stomaco debile, & a coloro che patiscono dolori di nerui massime mangiate crude in molta quantità. Non si hanno a mangiare se prima, non sono sopra l'arbore ben mature, perche sono di pessimo nutrimento; le mele agre, & acetose generano ventosità, & flemma assai, fanno perdere la memoria.

Memoria

Rimedi. Diuentano meliori le mele cotte sotto la brascia, & mangiate con molto zuccaro sopra, & con anisi confetti, ouero mangiandoui appresso zuccaro rosato, ò canella; manco nociue sono le appie. Si conseruano le mele nella paglia di grano, ma che non si tocchino.

Mele appia.
Mele come si conseruano.

la constringunt, stomacho gratissima, & ori,
profluuium cohibent ventris, die gultari, fluxus
mucibus, & sistunt, vtero turgentibus, iste
tilis est fructus, stimulat pellacia quando
emineum sexum.

ni. Lat. *Nespilum.* Ital. *Nespolo.*
ualità. Sono frigide nel secondo grado, & *Nespoli*
ne nel primo.
elta. Tanto le nospole dette Azorole, quã-
nespole nostrane, le buone sono le grosse,
abbiano assai polpa, & gli ossi piccioli,
ian ben mature, ò nella paglia, o attacca-
'aria.
iouamenti. Sono grate alla bocca, & con-
no lo stomaco, & il ventre, mitigano l'ar-
dello stomaco stagnano il flusso, fermano
mito, ma prouocano l'vrine, anzi i suoi
ioli poluerizati, & beuti con vin bianco,
n state cotte le radici del petrosello, del
mide, ò del meo mirabilmente cauano
i le pietre delle reni. Ritrouansi le nespo- *Pietre.*
za noccioli, ch'insitate su i cottogni ven-
o di notabil grandezza, & di grato sapore.
ocumenti. Tardi si digeriscono, & impe-
no la digestione dell'altre cose, & man-
done molto aggreuano lo stomaco, & ge-
no poco, ma grosso nutrimento.

Rimedi. Mangiandoci appresso cose pettorali, come Peniti, regolitio, zuccaro violato, ò zuccaro candio, perdono gran parte de nocumenti loro. Son buone l'inuerno per i gioueni, & per i colerici, & per quei, c'hanno gagliardo lo stomaco.

NOCE MOSCATA

India doratus, & crasso rore rubentes
Cum tamen exurane, dat tibi larga Nuces,
Hæc stomaco, iecori, vitiato spleni, & locellis;
Subueniunt bruma si modo læsa dolent,
His bene olent, & vix con acta labella famescunt;
Vessica his patulæ est, has fluuida aluus ama.
Qua male nux dicta est Matrotæ nobile munus
Glans mascata datur, cui mode vulua tumet.

Noce Moscata.

Nomi. Lat. *Nux Miristica.* Ital. *Noce Moscata.*

Qualità. Son calide, & secche nel fine del secondo grado, & sono stitiche.

Scelta. La migliore è la fresca, rossa, graue, ben piena d'humore, & ben grassa, & non pertugiata.

Giouamenti. Fà buon fiato, accresce la vista, tenuta in boca conferisce alle vertigini, alla vista; & alle sincopi, cōforta tutte le viscere, & particolarmente la bocca dello stomaco, il

fega-

o, la milza, e la madrice, fa orinare, ferma
nito, eccita l'appetito, consumma la ven-
ì, & fa digerire, e molto vtile ne i condi-
i a coloro c'hanno lo stomaco debile, & il
o freddo, perche notabilmente riscalda.
della noce moscata onto, conferisce
o allo stomaco, & a i membri tremoli.
ocumenti. Infiamma, & per questo i gio-
& colerici, & sanguigni deuono astener-
massime la state, ma i flemmatici, & i ma-
nici le possono vsare sicurissimamente
lor viuande, massime l'inuerno. nuoce an-
a quei che patiscon di moroidi, & che so-
tichi, perche ella stringe il corpo.
medi. Vsandola di raro in poca quanti-
mescolandoui seco vn poco di gengeno,
on l'humidità sua la contemperi, e man-
ciua.

Olio di noce moscata.

P E P E.

t, & in neruos glutinataq: flegmata fertur
c Piper, vt nullum siccet aroma prius.
uit stomachum mollito ventre superbie
oc caunas feruet si tibi bile iecur.
oris huic minimi numero laus danda repẽdit.
lura mouant a luum, meiere pauca iubent.

ai. Lat. *Piper*, Ital. *Pepe*.

Pepe.

Qua-

Qualità. E caldo, & secco, & nel fin del terzo grado.

Scelta. Che i grani non siano vani, marci, & leggieri, ma freschi grauissimi, neri, ne troppo crespi, e tutti questi segni mostrano, che sia maturo.

'epe biã
).
'epe ne-
:.

Giouamenti. Il pepe bianco nasce in vna pianta, & il nero in vn'altra, & è quella differenza tra loro, ch'è tra le vite, che fa l'vua nera, e quella che fa l'vua bianca. Il pepe nero, aiuta la cõcottione, eccita l'appetito, caccia la ventosità, fortifica lo stomaco, e riscalda gagliardamente i nerui, prouoca l'orina, tira, risolue, e leua la caligine da gl'occhi, fa partire, gioua alla tosse, & a tutti i difetti del petto; masticato con vna passa purga la flemma della testa, e conserua la sanità.

Nocumenti. Nuoce alle persone, che sono di calda complessione ne'tempi caldi, & paesi caldi infiamma il fegato, e il sangue a chi troppo l vsa.

Rimedi. Vsandosi in poca quantità ne'tempi freddi da vecchi, flematici, & cataroßi, e sopra i cibi frigidi, e humidi, che non sia pesto troppo sottile, ma grossamente, perde gran parte della sua maligia; ma volendosi, che presto penetri tutto il corpo, si pesti sottilissimamente.

alis sitibunda cibi, durantia ventrem,
it Pyra, ventosum non edat illa latus.
men hæc colat, & funghi cucura maligni,
c pipere, & mulso, mele ve cocta nocent.

omi. Lat. *Pyra*. Ital. *Pere.* *Pere.*
ualità. Sono le pere d'infinite sorti, come
le, son fredde nel primo grado, & secche
condo.
elta. Le prime sono le moscatelle dolci, &
naturè, le seconde sono le giacciole; le ter-
bergamotte, le quarte le buon christiane,
inte le carauelle; l'vltime son quelle si
engono l'Inuerno per cuocere.
ouamenti. Sono grate al gusto, eccitano
ettito, coroborano gli stomachi debili, &
descendere più presto gl'escrementi à
ile bergamotte; & le carauelle ottongono
icipato Sono rimedio di fonghi, e del ve- *Vino co*
delle lumache: se ne fa delle pere il vino, *me si co*
salvatiche messe nel vino vano al fondo, *nosce*
ica che il vino è puro, ma restando alla *è puro.*
significa che vi è mescolanza d'acqua.
ısi al Sole, ò nel forno, diuise prima, e pur-
da i lor granelli, che son buone l'inuerno
rate in vino, ò in acqua calda, e resperse
ccaro, che sono molto grate al gusto.
ocumenti. Mangiate auanti pasto fanno
gran

gran danno, nuocono molto a quei che patiscono dolori colici,& vẽtosità, percioche generano sangue freddo,& ventosità: nuocono ancora a quei che patiscono renelle, & difficoltà di orina, percioche generano grossi humori le saluatiche,& le acerbe offendono i nerui: l'insipide generano mali humori, offendono gli epilettici,& quei c'hanno il tenasmo.

Renelle.

Rimedi. Sono manco nociue mangiendole dopò tutti gli altri cibi, crude, che siano ben mature, ò cotte con molto zuccaro sopra, e beuendogli appresso vn buon vino odorifero, oueramente cocendole, in vino, aggiunto zuccaro,& cinnamomo, o mosto cotto, che cosi si possono mangiar senza alcun nocumento, & son facili a digerire, & non offendono lo stomaco, bisogna bere sopra di loro buon vino, perche *sine vino aut pyta virtus*: sono buone nell'Autuno, & nell'inuerno, a tutte l'etadi, eccetto alli molto vecchi,& flemmatici, Le moscarole si mangiano auanti gli altri cibi, ma in poca quantità che altrimenti si putrefanno, & apportano febri continue.

Pere moscarole.

SORBE.

Insistendum aluum certa est vix massima Sorbis
Maspila at hæc uincunt, vincunt inepta cibis.

Sorbe.

Nomi. Lat. *Sorba*. Ital. *Sorbe*.

Qua-

ualità. Sono le sorbe astretiue, come le
ole,ma con effetto più debile:sono fredde
rimo,& secche nel terzo grado.

elta. Le megliori sono le grosse,odorife-
n mature, senza corruttione, & che per
che tempo siano state apprese all'aria, o
eruate nella paglia.

Sorbo meglio-ri.

iouamenti.Mangiandosi auanti pasto sta-
o tutte le sorti de i flussi,& quādo si man-
o dopò pasto,fanno buō fiato, cōfortano
omacho,& sanano il vomito souerchio.

ocumenti. A chi ne mangia molte tar-
alquanto la digestione,aggrauano lo sto-
, ristringono il corpo, & generano grossi
ori.

medi.Bisogna vsarle più per medicamen-
e per cibo, & appresso di quelle si ha da
giare il fauo,ò(come a noi si dice)la fabri-
l mele: sono buone l'Autunno,& l'inuer-
er i giouani,pur che ne mangiano in poca
tità,che mangiandone troppo non gene-
ngue lodeuole.

V. V. A.

is,& apricis,delecta Vua, (iue st.
rreus huic cortex, feruidus humidus humor
pe de nigris;quæ sit ti bi gratior,albam
e ve inflet solas sit remurata duos.

Bac-

Bacche quid hoc maius potuisti munere? nutrit
Hæc bene vesice, sed male sana nocet.

Vua. Nomi. Latin. *Vua*. Ital. *Vua*

Guardiani delle vigne. Qualità. L'vua matura è calida, & humida nel primo grado l'acerba è frigida, e secca.

Scelta. La megliore è la bianca matura, dolce, & di scorza sottile, e che non hà granelli.

Giouamēti. Nutrisce ottimamēte fa ingrassar presto, come si vede ne i guardiani delle vigne, rinfresca il fegato insiammato, prouoca l'orina, accresce gli appetiti venerei, gioua ancora al petto, & al polmone, gioua allo stomaco, e al dolor de gi' intestini, alle reni, e alla vesica; quella che non hà granelli è meglior dell'altre, & è ottima per il petto, e per la tosse.

Nocumenti. Fà ventosità, cōturba il ventre, genera dolori colici, apporta sette, e fa gonfiare, e doler la milza; le dolce ingrassa il fegato, che è sano, ma nuoce a quello ch'è duro; l'acerba nutrisce meno, & stringe il corpo, e accresce il catarro: l'vue conseruate in vinacci, ò in vasi longo tempo nuocono alla vesica.

Rimedi. Mangiandosi l'vna nel principio del mangiare è manco nociua, & così accompagnandola con alcuna cosa salata, e granati, ò aranci, ò altri cibi acetosi: l'vna bianca è manco nociua della negra, se per alcuni giorni starà colta, e appesa, perde la ventosità, e diuenta megliore.

Vua appesa.

Segui-

itano hora altri dodeci frutti de gli alberi, che non si mangiano tutte, ma solamente quel di dentro.

AMANDOLE.

t, & emollit si dulcis Amigdala, amare est,
perior, mensas nasciat ista tuas.
um dulcis, tabemq; pectore debet,
iam benedicta? allit dulcis ambra necat.

omi. Lat. *Amigdala*. Ital. *Amandole*, & *orle*. *Mandole*

alità. L'amandole dolci sono calide, & le nel prime grado, l'amara sono secche condo, e sono più asterfiue, e più aperiti più valorosamente purgano i meati del- ere, assottigliando gli humori grossi, e

lta. Le migliori sono le dolci, & fresche, paste dal tempo, e nate in luoghi caldi di spetie, che si chiamano ambrosine.

ouamenti. L'amandole dolci nutriscono ngrassano, aiutano la vista, moltiplicano rma, faciliran lo sputo, purgano il petto, o dormire, aumentano la sostāza del cer purgan le vie dell'orina, ingrassano i ma- rono l'opilationi del fegato, della milza tte le vene, leniscono dalla gola, netta il *Ingrassano*.

petto,

petto,& i polmoni:il lor oglio gioua a i dolo-ri colici, & alle passioni del petto ; le verde chiamate amandolini si mangiano nel principio della primauera : sono appetitose, & alle dōne grauide leuano la nausea. Si mãgiano ancora la state, con vn poco di zuccaro, quãdo il nocciolo è tenerello, & all'hora sono molli, & delicate, le amare sono rimedio contra l'imbriacchezza, auanti pasto se ne mangiano sei, o sette, amazzano le volpi dategliele a mangiare, & in tutte le cose nella medicina sono megliori delle dolci, & sì come queste sono più soaui, così le amare sono più salubri.

Amandolini.

Nocumenti. Mangiandosene quando sono molto secche, sono di tarda digestione, dimorano molto nello stomaco, & fanno dolere la testa, generando colera.

Amandole confette.

Rimedi. Si mangiano la state, quando i noccioli son tenerelli come latte, ouero secche, senza scorza, con molto zuccaro, che le fa scender presto; quelle che si mangian con la scorza son difficili a digerire, per questo si deuon mondare, son buone a tutti i tempi, etadi, & complessioni, ma preparate, senza scorza, con zuccaro, ò mele.

A R A N C I.

Proxima sunt, Itali dixere Nerantia primis
Vnicunt pelle, parum frigidus humor inest.

Vertici-

bus miro sunt hæc gratissima odore.
:e sapit melius, pectoribusq; fauet
ia arboribus seruata virentibus ipsis.
:ra sunt mensæ commodiora tuæ.

mi. Lat.*Nerantia.* Ital.*Aranci Melangole* *Aranci.*
Roma.
ılità.La scorza è calida,e secca nel prin-
lel terzo grado la polpa cioè la parte vi-
è frigida, & secca nel secondo grado; il
calido,è secco nel secondo grado. I dol- *Dolci.*
caldi temperatamente, son pettorali;
ono acetosi, che son freddi nel primo
,altri sono di mezo sapore, che son fred- *Acetosi.*
cchi temperatamente. *Di mezo*
lta. I buoni son quelli,che sono assai gra- *sap...*
n maturi, ben colerici, con la scorza li-
di mezo sapore, perche i dolci sono al-
o calidi, & i bruschi frigidi,che offendo-
stomacho.
ouamenti. Le melangole dolci, man-
auanti al cibo, son conuenienti allo sto-
in ogni tempo, son pettorali, son buo-
r i malenconici, per i cattarosi, e leua-
ppilationi: l'acetose smorzan la sete, e
gliano l'appetito il lor succo asperso so-
li arrosti, ò pesci frutti dan lor gratie, e
ità, o con zuccaro si mangiano auanti al *Vino.*
, come le dolci: altre sono di mezo sapo-
& queste sono grate al gusto, risuegliàn

 l'appe-

l'appetito, son ottime nelle febri colerıche, & leniscono la gola, & leuano la sete; della lor scorza secca si fa poluere la quale ammazza i vermini, & presa nel vino preserua dalla peste.

Poluere che ammazza i vermini.

Nocumenti. Gli aranci bruschi stringono il corpo valorosamente, & lo fanno stitico, & raffreddano lo stomaco, & stringono il petto, & l'arterie, li dolci accrescono la colera nelle febri.

Rimedi. Si ripara i danni, che fan gli acetosi aggiuntoui il zuccaro, ouero mangiandoli appresso la sua scorza condita con zuccaro, che è molto stomacale, & mangiando di quelli in poca quantità. Son buoni in ogni tempo i dolci per i vecchi, & gli acetosi ne' tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & sanguigni, & massime nelle febri pestifere.

Morici.

CASTAGNE.

Castaneæ, stringunt, inflant, agreque coquuntur
Et caput offendunt, his venus alma viget.
Quæ tibi gratæ licet, posito mollæscam echino.
Sicca est, & nimio castagne a igne calet.
In caput, & ventres inflata asperrima sæuit.
Nispola apportes mellis arundinei.

Nomi. Lat. *castaneæ*, Ital. *Castagne*.

[Ca]stagne

Qualità. La castagna tanto domestica quãto saluatica è calda nel primo grado, & sec-

ca

nel secondo è constrettiua, & disseccatiua.

Scelta. Le migliori castagne sono le grosse, però son megliori di tutti i maroni, & dopo che sono colti, se pur lungo tempo si conseruano, si fanno più saporiti, & più sani.

Maroni.

Giouamenti. Prouocano il coito per esser ventose, danno grandissimo, & buon nutrimento, serrano i flussi, & pestate con mele, & sale, sanano il morso del can rabioso; quando si cuocono sù le brage fermano il vomito. Nei luoghi doue nasce poco grano, si seccano su le grattice al fumo, & poi si mondano, e se ne fa farina, che supplisce per far pane; cotte le castagne sotto la cenere leggiermente, & monde si cuocono in vn tegame cō olio, & sale, & poi aggiuntoui pepe, & succo d'aranzi seruono per tartufi.

Pan di castagne

Nocumenti. Mangiate abondantemente ne i cibi, fanno doler la testa, & stiticano il corpo, son dure da digerire, & generano ventosità, massime se si mangiano crude.

Rimedi. Sono manco nociue se si arrostiscono sopra le brage, & si sepeliscono pur vn pezzo nella cenere ben calda, & poi si mangiano con pepe, & sale, ouero con molto zuccaro, che cosi conuengono à colerici, come col mele à i flemmatici, le lesse sono megliori, che le arrostite nella padella sopra la fiamma, perche da quel fumo acquistano vna qualità soffocante, ma prima si cuocano su le brage,

& poi si sepelliscono sotto la cenere calda per vn pezzo. Sono buone ne i tempi fredi à tutte l'etadi, e complessioni, pur che siano ben stagionate, ben cotte, & in poca quantità, e sopra si beua buon uino.

GIANDE.

Desiccat Quercus, Glandes genitalia sanat
Vlcera, & vrinam emittunt, prosuntq; veneno
Morsibus infectis, simul inflammataq; mulcent

Ghiande Nomi. Lat. *Glandes*. Ital. *Ghiande*.

Qualità. Diseccano, astringono, e alquanto riscaldano.

Scelta. S'eleggano per mangiare quelle che stanno nel gozzo delle palombe arostite.

Pane di Ghiande. Giouamenti. Della farina delle ghiande al tempo della carestia i poueretti ne fanno il pane, come si fà quello delle castagne, & in Spagna si mangino cotte sotto la cenere, come le castagne. Trite, & beuute con vino, giouano a morsi de'velenosi animali, & coloro c'hanno preso il veleno ouero hanno beuute le cantarelle, onde orinano poi sangue, la lor peluere beuuta poi con decottion d'anonide, ò di *Pietra.* gramigna, gioua al mal della pietra, & beuuta con latte di vacca vale contra il tossico, se ne *Oglio di Ghiande.* caua l'olio, ch'è buon per ardere, e per far sapone.

No-

Nocumenti. Mangiate le ghiande ne i cibi
no dolere la testa, & generano ventosità,
pessimi humori, ii che fanno meno quel-
che si ritrouano nel gozzo delle palombe
atiche arrostite. L'olio, che si caua delle
iande non è buon per mangiare, ma si ben
i panni di lana, & per il sapone, come s'è
to.

Rimedi. Bisogna mangiarne in pochissima
ntità, e cotte nel gozzo delle palombe, ò
ostite sotto la cenere.

LIMONCELLI

siriỷ pariunt etiam Limonia campi,
crediderim succo hæc vincere prima malo:
era subducunt, ne c prima vigoribus æquant,
Sic nullo variỷs ordine dantur opes.

Nomi. Lat.. *Mala limoniæ.* Ital *Limoni.* *Limoni*

Qualità. Hanno le medesime qualità, che i
ri, che sono tanto i grandi, quanto i pic-
li, freddi, & secchi nel secondo grado, ma i
ggiori sono più prestanti di succo, di scorza
carne

Scelta. Quelli sono i megliori, che hanno
lor di cedro, che sian ben maturi, sian colo-
, e per alquanti giorni staccati de gli alberi.

Giouamenti. Hanno le medesime facoltà,

che i cedri: mà più debilmente. Il succo lo. risueglia l'appetito, ferma il vomito, incide gl'humori grossi, e resiste alle febri maligne, ammazza i vermini, & il succo de gli acerbi preso alla quantità d'vn'oncia, e mezza, con maluagia, caccia le pietre delle reni, e i piccioli, fan questo effetto più valorosamente. Si taglian questi minuti, e si con sopra sale, acqua rosa, e zucchero, & mangiansi in compagnia delle carni, e de'pesci, che fan venir'appetito, e fan saper buono il bere, e dalle reni, dalla vesica caccino le renelle gagliardamente, e non si troua salsa di questa megliore. Si mangino ancora in luogo d'insalata tagliati minuti, con acqua, mele, & aceto, e fan buon appetito, e giouano alle renelle,

Renella.

Nocumenti. Raffreddano gagliardamente lo stomaco, fan venir i dolori colici, e fanno smagrire, generano humori malenconici, non nutriscono, perche con l'acetosità loro mordicano lo stomaco, stringono valorosamente il ventre.

Insalata.
Smagrire

Rimedi. Si vsino di rado, & in poca quantità senza la scorza, e che siano stati infusi nell'acqua, e ponendoui di sopra zuccaro, e canella, non si conuengono a stomachi frigidi. Son buoni ne'tempi molto caldi per i gioueni, e per i colerici, e son nemichi a vecchi, & a flemmatici.

GRA-

'a sunt madidi roris sicci acria pom a
mica pulmoni hæc sunt mala, at illa bona.
:a iuuãt stomachum, feruentes acria flammas
tinguunt, cunctis mensa secunda datur
rem orcescit dulci si vescitur ager,
traque cùm distent, meriere cur faciunt?

omi. Lat. *Malum Punicum.* Ital *Granato, da* *Granate.*
grani che in se contengono, & Melegrano,
omograno, retrouansi dolci, forti, & vinosi,
n quei di mezo sapore
ualità. Le dolci son calide, e humide tem-
:amente, son grate allo stomaco; le forti,
cetose son fredde nel secondo grado, &
oltra siccità quella di mezo sopore di me-
e natura.
elta. Le migliori son quelle che son grosse
nature, e che siano facili a scorticare, e
cetose che habbiano assai succo.
iouamenti. Le dolci giouano allo stoma- *Dolci.*
petto, & alla tosse, & accrescono gl'ap-
i venerei, & acetosa giouano al fegato,
le febre ardenti, & acute ricreano la *Acetosi.*
à della bocca, estinguono la sete, e mi-
l'ardor dello stomaco; & alle cose me-
ne vale il lor vino, e il lor siroppo, smor-
colera gagliardamente, & prohibiscono
e superfluità corrano alle viscere, & non

 lasciano

lasciano salire vapori alla testa,& tutte prouocano l'vrina;le scorze si serbano che son buone per dar odore a i panni, & alle vesti,& saluarle dalle tarme.

Nocumenti. Le dolce generano ventosità, & calidità,& però si prohibiscono nelle febri. e le acetose son nemiche al petto, & offendono i denti, e le gengiue.

Rimedi. L'vna sorte leua il nocumento dell'altra, e però si mangiano i granelli dell'vna,e dell'altra mescolati insieme, e così da duo contrarij si fa vn'ottimo temperamento, oueramẽte nelle acetose s' aggiunga vn poco di zuccaro, ma tutti i granelli dopò ben succhiati si deuono sputar fuori:le dolci son buone l'inuerno per tutti,&l'aceetose la state per i corpi colerici, & per i giouani, ma sono nemiche a i vecchi,perche li stringono il petto loro. Il lor succo non si hà da vsar solo, ma per complimento de' cibi le mezane si mangino dopò gli altri cibi con zuccaro, ò sale, che così reprimono i vapori,ch'escendono alla testa.

Mistura.

NOCCHIE.

Prius Abellinam campano a nomiue cultor
Dixerat, areduta est sed minus illa tepet.
Inuisa est capit. & stomacho, tardissima lapsu
In tumet, & lapides conterit atque ciet.

Nomi.

mi.Lat.'*Carilus, Nux Auellana, Nux Pon-* *Auella-*
, & Prænestina. Ital.*Nocchie, & Auellane* *ne.*
Qualità. Le fresche sono temperate nel-
rime qualità, ma le secche sono calde, & se-
quasi nel principio del secondo grado.
icelta. Le domestiche sono megliori delle
atiche le rosse, le grosse, & poco coperte, *Rossa.*
ne di molto humore, & che i vermi non le
biano corrotte, nè toccate in modo alcu-
. Le lunge sono più soaui al gusto, che le ri-
ide.
Giouamenti. Danno più nutrimento delle
:i, accrescono il ceruello; e mangiate con-
uamente fino a tre, ò quattro nel principio
pranzo liberan dal dolor delle reni, & dal-
enella affatto; mangiate con ruta, & fichi *Renelle*
chi a digiuno preseruano dalla peste. Le
ide si cuoprono come i coriandoli, & son
tissime allo stomaco.
Nocumenti. Tardi si digeriscono, nondime-
son grate al fegato, fanno qualche ventosità
ierano molta colera, & fanno dolori del ca-
, quando se ne mangino troppa quantità.
Rimedi. Si mangino che siano ben fresche,
e siano state infuse nell'acqua, e asparse di
ccaro; sono da vsarsi in poca quantità, &
ecche solo l'inuerno: i giouani le mangino,
uei, che s'affaticano assai, & che sono ga-
ardi di stomaco, l'inzuccherate son manco
ciue.

NO-

Dulcia sunt madi di roris, sicci acria poma
Puncia, pulmoni hæc sunt mela, at illa bona.
Nux dicta est linguæ iam nocitura tuæ
Siccior crescit, stomachum, & caput proba vexat
Mirum, si nocuæ sit bene iuncta viæ.

Nomi. Lat. *Nux iuglans, & Nux ragia.* Ital. *Noce.*

Qualità. Le verdi, e fresche son calde, nel primo grado, e secche parimente, le secche sono calde nel terzo grado, e secche nel secondo, ma con l'inuecchiarsi diuentano più secche, e quanto più son vecchie, tanto più fanno olio.

Scelta. Le megliori noci sono le grandi, longhe, mature, & che facilmente si mondano, & sopra tutto che siano fresche, & non vecchie, nè corrotte dentro.

Giouamenti. Sciogliono i denti, che sono stupefatti, & mangiato con fichi, ruta, & mandorle preseruano da i veleni mortiferi, & vagliono contra la peste: & due noci secche, & altri tanti fichi, & venti foglie di ruta, con vn granel di sale, peste; & mangiate à digiuno, preseruano da i veleni, & dalla peste. Mangiate le noci à digiuno giouano à morsi de i cani rabbiosi, masticandone poi alquante, & mettendone sopra il morso; la scorza verde

noci fupplifce in luogo di pepe nelle vi-
le. E molto falutifero l'vfo delle noci do-
ne s'è mangiato il pefce, perche leua, & in-
la loro vifcofità, & fe ne fa agliata per
giarla col pefce, onde fi dice.

ost pifces, nuces, post carnes cafu adfit.

nmazzano le noci i vermini del corpo, &
ite con zuccaro, ò mele, & con garofani
nolto vtili allo ftomaco, & alle vifcere fri-

ocumenti. Et detta la noce, perche nuoce
gola, alla lingua, & al palato, che mangia-
troppa quantità, maffime le fecche, ecci-
la toffe, e fanno doler la tefta, fa crudità,
gine, & fete. L'ombra della pianta è no-
che manda fuori vn'halito cattino, che
ua la tefta, & offende quelli che vi dormo-
to, e quel graue odore fubito penetra ne l
llo, & per quefto fi fuol piantare appef-
trade, & per quefta ragione ella con que-
fi fi querela,

x, ego iuncta via cum fine crimine vita,
A populi faxie prærerente peior.

medi. Mangiandole frefche infufe in buon
ollo, & in poca quantità fon manco noci-
e il nocumento delle vecchi fi leua, col
ltar per vna notte nell'acqua calda, &
ondarle, & l'aglio leua ancora il nocu-
o loro quelle che fi condifcono col zuc-
, & con il mele diuentano ottime per
vfarne

Pepe.

Agliata.

Noce. nuoce.

Ombra della noce.

Noci concie.

vſarne i tempi molto freddi, e per ſcaldar lo ſtomaco: le ſecche ſon buone l'inuerno per i vecchi; per i flemmatici, & per i malenconici, pur che nō patiſchino ſtrettezze di petto, meſſa vna noce nella pignata fa cuocere preſtamente le carni, & coſi meſſa dentro ad vn pollo. Quando le noci fanno aſſai frutti, ſignificano abondanza di biade.

Carne come preſto ſi cuocono.

Abondanza.

NOCE D'INDIA.

Indita nux calida eſt, atque humida, digerit ipſa
Flatus lumborum mulcet, genuumq; dolores.
Aluum tum ſiſtit, ventriſq; animalia pellit,
Veſicæq; malis confert, tuſſiq; medetur.
Subuenit aſthmatici tremulis, & reddit edentes
Pingues, daritias mollit, conferque podagris.

Noce d'India.

Nomi. Lat. *Nux. Indica.* Ital. *Noce d'India.*

Qualità. Sono queſte noci calide nel ſecondo grado & humide nel primo.

Scelta. Le freſche ſono meliori delle ſecche & quelle di Portogallo ottengono il principato.

Giouamenti. Mangiate queſte noci aumentano lo ſperma, generan buon nutrimento, giouan alla toſſe, alla ſtrettura del petto, & alla raucedine, inghiottendo il ſuo liquore con ſiroppo violato, la polpa ingraſſa i magri, lodaſi

Ingraſſare.

i a'dolori colici, à paralisie, al mal caduco,
remore, & ad altre infirmità de i nerui, be-
ndosi in queste, noci, ò acqua, ò vino, preserua
i dolori colici, & da molte altre infirmità, e
ua a i paralitici: il liquore, ch'è dentro miti-
l dolore delle morici, e delle podagre, e del-
ome franciose: la polpa di dentro cotta in
. gallina, con pignoli, e pistacchi, e canella
ngiandosi poi il tutto fa ingrassare i magri.

Nerui.

Magri.

Nocumenti. Mangiata, questa noce aggraua
omaco quantunque non generi cattiuo
rimento.

Rimedi. Bisogna vsarne in poca quantità, &
per medicamento, che per cibo, e cotte cō
ne carni.

ORBACCHE.

giuas, & labra iuuat vitia inde repellens,
agus confirmat, torpentia mēbra, tumores.
cat, crines denigrat, & illita confert,
Profluuio crinū, tum impinguāt deniq. fructus.

Nomi. Lat. *Fagus*. Ital. *Faggio, & il suo frutto*
iolo, & Fagiola, & Orbacche.

Qualità. I frutti del faggio hanno in se qual-
calidità, & son astrettiui; l'animetta che vi
dentro è di dolce, e di grato sapore, massi-
a i ghiri.

Scel-

Scelta. La fagiola fresca è più grata della stanchia.

Giouamenti. I noccioli del faggio mitigan dolori delle reni; e cacciano fuori le pietre, e le renelle, dei frutti s'ingrassano i porci, e altri animali, come tordi, colombi, e i topi, e i ghiri, imperoche valentemente si ingrassan con essi, onde al suo tempo infiniti se ne prendon la notte nelle selue, e i forti vengono a schiere da paesi lõtani, insegnati dalla natura, a pascersene nelle selue, leggesi, che molti habitatori si sono difesi dalla fame, sostenendo l'assedio con le faggiola.

Topi.

Nocumenti. Sono questi frutti al gusto molto constrettiui, e però fanno stitico il corpo.

Rimedi. Non bisogna mangiar questi frutti, se nou in tempo di gran necessità, e in pochissima quantità, ma si deuono lassare a i porci, e ad altri animali, che se ne ingrassino.

PIGNOLI.

Ebullit, nimiumque sitit pulmonibus imis
Debita, vix coquitur, pinea, sed bene alit.
Intestina fouet, neruis, ideoq; lapillo
Subuenit, & Veneri grata, fugit Cibelem.

Pignoli.

Nomi. Lat. *Pine Nuclei.* Ital. *Pignoli.*

Qualità. Sono i pignoli caldi nel principio del

:l ſecondo grado, e humidi nel primo.
icelta. I migliori ſon quei pignoli, che ſon
ati dalle pigne domeſtiche, e maſſime da
lle che ſon femine, perche ſon più ſaporite,
ſopra tutto, che non ſian rancidi, ma freſ-

ionamenti. Mangiati freſchi ne i cibi, nu-
ono aſſai bene, & danno buon nutrimento
eggono l'humidità, che ſi putreſanno nelle
:lla, purgano il petto cotti con mele, ò zuc-
, prouoca l'orina, riſtorano le forze ne i de- *Reni.*
nettan la ſuperfluitadelle reni, e della veſſi- *Veſſica.*
iouano all'ardore, e deſtillation dell'vrina,
eriſcono ne i dolori de i nerui, e delle ſciat-
:, ſono vtili a paralitici, & alli ſtupidi, a co-
che tremano, mondificano il polmone, e
: vlcere, ſono molto vtili ne' difetti del pet-
giouano a i tiſici grandemente. *Tiſici.*
ocumenti. Sono tardi alquanto a digerir-
danno vn nutrimento groſſetto, e mordi-
lo ſtomaco, e il ventre, quando ſe ne man- *Stomaco*
ſſai, e che ſon rancidi, e eccitano la libidi-
riempiono la teſta di vapori.
medi. Si infondino prima nell'acqua tepi-
men per vn'hora, poi ſi mangino da i flem
:i col mele, & da i colorici con zuccaro,
uoni ne i tempi freddi per i vecchi, ma col *Con mele*
, come ſi è detto, e per i giouani, e conci *con zuc-*
iccaro. *caro.*

Igne nuces superat, renes iuuat, & iecur humens,
Pistachium. Hæc stomachi cœna senilis amat.

Pistac-chi.

Nomi. Lat. *Pistacia.* Ital. *Pistacchi, & Festici.*

Qualità. Son caldi, & secchi nel secondo grado.

Scelta. I buoni sono i grandi, di odore simile al terebinto, del quale sono vna spetie, & che il frutto sia colto da arbori vecchi, & sia fresco & verdiggiante, ch'è miglior dell'amandole.

Giouamenti. Sono marauigliosi in risuegliare gli appetiti venerei leuano l'oppilatione del fegato, e lo corroborano, purgano il petto, e le reni sono vtili allo stomaco, che lo confortano, e prohibiscono la nausea, assottigliano gli humori grossi, sono ristaurati; per questo si mettono nelle compositioni, che si fanno per chi vuole ingrassarsi: beuuti tutti nel vino conferiscono a i morsi dei serpenti.

Ingras-sare.

Nocumenti. Nuocono a i fanciulli, & a quei che son di calda complessione, perche assottigliano loro il sangue, & infiammandolo fanno venire le vertigine, e mangiate in troppa quantità grauan lo stomaco.

Vertigi-ne.

Rimedi. Si corregge il nocumẽto loro mangiandoli nel fin, ò nel principio del pasto, mangiandoui appresso grimosele secche, ò zuccaro rolato; sono buoni ne i tempi freddi, per i vecchi,

i, & per i flematici, e cattiui per i gioueni per colerici. Dicesi che nascono i pistachi tando l'amandole, ne i lentisci.

Pistacchi come nascono.

uono i frutti delli dodeci Alberi, che si mangiano fuori solamente.

AMARENE.

rigus cerasa inducunt austera cibiq;
ota cient siccant, constringunt robore firmat.
in ventriculo ceu dulcia corrumpuntur,
nde febri, atq; ait, hæc faciles concedimus vsti.

Nomi. Lat. *Cerasa austera.* Ital. *Amarene,* Marasche.

Marasche.

Qualità. Queste amarane, che sono cerase ere stringono il ventre, incidono la flem-, e son constrettiue, rinfrescano, diseccano, orroborano.

celta. Le migliori sono le grosse, & ben ure.

Giouamenti. Sono grate allo stomaco, per-smorzano l'ardor della collera, & tagliano iscosità della flemma, & fan venire appeti- si conseruano condite con zuccaro.

Conserua d'amarene.

Nocumenti. Esasperano lo stomaco con la-line loro.

Rimedi. Si mangiano crude con zuccaro, o- cotte, e condite con zuccaro, si riseruano,

ne i vasi di vetro, che così riescono migliori, che crude; e sono molto conuenienti nelle febri pestilentiali; le crude son buone ne i tempi caldi, e per quei che son colerici, ma non si conuengono à vecchi, ne a flemmatici.

BIRICOCOLI.

Poma eadem dires qu? Persicu, si tamen amplum
His corpus, nobis aurea forma datur
Arboreos inter Fœtus suauissima gustu
Armenia, & coleram frigore mala premunt.

Nomi. Lat. *Mala Armeniaca, Præcocia.* Ital. *Armeniache, Moniache, e Grisomole, & Biricocoli.*

Biricocoli. Ammoniaci.

Qualità. Sono questi frutti i frigidi, & humidi nel secondo grado.

Scelta. Le armeniche, le quali son così chiamate, perche fur portate d'Armenia, sono le migliori, le grosse, ben colorite, molto mature, con nocciolo dolce, chiamate alberges, & due dall'ossa facilmente si distacchino, & siano dolcissime al gusto.

Giouamenti. Sono grate allo stomaco, leuano la sete risuegliano l'appetito, fanno orinare: il lor nocciolo amazza i vermini, e l'infusione fatta con le secche gioua alle febri acute: si seccano al sole spartendoli per mezo, & aspergendoli sopra zuccaro poluerizato.

Nocumenti. Sono grati allo stomaco, ma lo inde-

ebolliscono, sono più corrottibili che le pe-
e, muouono il flusso dal ventre, gonfiano, &
mpieno il sangue di molta acquosità, e hu-
dità, e lo disponghino à corruttione, son di
sima sostanza, si conuertono in colera, si pu-
fanno velocemente, riempino il sangue di
olta humidità, lo dispongo à coruttione, &
ierano febri pestilentiali, e fanno flemma
ossa, e viscosa nel fegato, e nella milza
Rimedi. Si deuono pigliare nel principio del mangiare, beuendoci sopra vn poco di buon
o, ò mangiandosi appresso anisi ò cibi con-
con sale, ò con specie, o cascio vecchio, &
iendoci appresso (come si è detto) buon vin
chio odorifero.

Nota.

CAROBOLE.

ulcit stomachum post cænam, sumpta. sed ante
Profluuiũ Siliqua ad ventris facit, ipsa recensq;
luum dissoluit, stomaco nocet, est ea sistens
Sicca atq; vtilior stomacho est lotiũq; ministrat.

omi. Lat. *Siliqua.* Ital. *Silique, Carobe, Caro-*
e, & Guainelle.

Carobole

Qualità. Questi frutti sono disseccatiui, e ri-
ttiui.

Scelta. Le migliori sono le fresche, e secche
e grate, che le fresche sono abomineuoli, &
rate al gusto, ma secche diuentano dolci, &

aggradeuoli, imperoche vi si congela dentro vn liquore simil al mele, col quale gli indiani condiscono il gengeuo, li mirabolani, le noci moscate.

Giouamenti. Hanno le silique vn certo che simile alle ciregie, percioche mangiandosi fresche soluono il corpo, ma secche lo restringono, e sono più vtili allo stomaco, prouocano la vrina, e la lor decottione beuuta mirabilmente gioua alla tosse, per la dolce, e melisflue sostanza loro, mangiate dopò cena fortifican lo stomaco, e giutan la digestione.

Tosse.

Nocumenti. Sono di cattiuo nutrimento, sono difficili a digerire, e soluono il ventre.

Rimedi. Bisogna mangiarle secche, & non verdi, e dopò al cibo.

CIREGIE.

Sicca aluum sistunt, eademque recentia soluunt.
Sunt Cerasa austeris dulcia sana minue.
His aluus frigida arcetur, famis improbus ardor,
Crescit, idempta siti, quam gula docta Coquo.

Ciregie.

Nomi. Lat. *Cerasia.* Ital. *Ciregie.*

Qualità. Le dolci sono frigide, & humide, ma l'austere sono più frigide.

Cerase.

Scelta. Le migliori cerase sono quelle, che sono di dura sostanza ben mature, come sono

le

corgne, & le corbine, che l'acquaiole sono
fuggire, che sono inapide, & facilmente
ıtrefanno, delle austere le meliori son le pa-
mbine.

Corgne.

Giouamenti. Le dolci muouono il corpo:
presto se ne scendono dallo stomaco à basso:
angiate la mattina cauano la sete, rinfresca-
o, & prouocano l'appettito: le secche stringo-
o; massime le visciole, giouano, e sono grate
lo stomacho, perche smorzano l'ardore della
olera, & tagliano la viscosità della flemma, &
nno venire appetito, masime cotte cou buo-
ı quantità di zuccaro sopra.

Dolci.

Visciol

Nocumenti. Sono le dolci nemiche allo sto-
aco, massime l'acquaiole. generano nel ven-
e lumbrici, & humori putridi, subito si putre-
nno, & gonfian lo stomaco, per il veuto che
:nerano, quando se ne mangiano assai.

Lumbri

Rimedi. Bisogna mangiarne poche, & ap-
resso, senza intermission di tempo, pigliar ci-
i, che siano di ottima sostanza, salati, & ace-
osi, non si mangiano per cibo, ma per medi-
ımento da smorzar la sete, & l'ardore di chi
affatica ne i tempi caldi, che in questi tem-
i son buone per i gioueni, per quei che son co
rici, ma son triste per i vecchi, & per i flem-
atici.

CORGNOLE.

Corna nocent stomacho, bruma male grata rigenti,
Si tuus illa voret venter, auarus erit.

Corgnali

Nomi. Lat. *Coruus*: Ital. *Corniolo, & i frutti Corgniole, & Corginali*.

Qualità. Hanno facoltà questi frutti da disseccare valentissimamente, e d'astringere.

Scelta. Le migliori son le grosse, e men mature.

Flussi.

Giouamenti. Sono efficace rimedio a tutti i flussi del ventre, imperoche constringono al paro delle nespole, ò de i pruni saluatichi: si conciano verdi come l'oliua, & delle mature si fa conserua con zuccaro, e melle, che vale alla dissentieria, & a corroborare lo stomaco, e condite si possono dare a i febricitanti.

Nocumenti. Sono di poco nutrimento, & cattiuo, e son difficili à digerire.

Rimedi. Si mangino in poca quantità nella seconda mensa ben mature, e con zuccaro.

DATTILI.

Ardua dat dulci pomum tibi palma tempore,
Cui dedit apta nimis nomina, forma teres.
Hæc caueas tumidum corpus torpedine replet:
Si cadet vinci nascia palma tibi.

Nomi. Lat. *Dactilus*, *fructus palmæ*. Ital. *Dattilo*.

Qualità. Il dattilo contiene in se non poca alidità, quando e fatto dolce, onde sono quei frutti caldi nel secondo grado, e humidi nel rimo.

Dattili.

Scelta. Si eleggan quelli che siano dolci, maıri, e che di dentro siano sinceri.

Giouamenti. Ingrassano, piacciono al fega-, son buoni per la tosse, e lubricano il corpo.

Nocumenti Generano vn sangue, che subi- si muta in colera. nuocono à i denti, & alla ›cca, e fanno venir fuori le morici, mordono stomaco, riempino il corpo di crudi, e vi- ›si humori, i quali sono tanto viscosi, che ınno opilatione, non solo nel fegato, mà anra nella milza, in tutte le viscere, e in tutte le ne, onde poi si generano lunghe, & cattiue ›ri.

Moriet.

Rimedi. Son manco nociui mangiandosi tti, e conditi con zucchero come sono gli al- frutti; ouero mangiando appresso à crudi alche cibo acetoso, ouero conditi con aceto. ›n son buoni in nessun tempo, per nessuna ı, e nessuna complessione, saluo che quando ıo conditi con zuccaro.

FOLCERACHE.

ilis est, Lotus stomacho, sed fructus, edendo est,
Aluum eadem sistit commendat, & oris odorem

Folcerache.

Nomi.Lat.*Lotus.* Ital.*Frutti del Loto, & Folcerache. & Polserache.*

Qualità.Il frutto del lato è partecipe di qualità constretiua.

Scelta. Di questi frutti son migliori le fresche,& non secche.

Giouamenti. Il frutto del loro e dolce:buono a mangiare, & facile allo stomaco.

Nocumenti. E ristrettiuo del corpo.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità.

GIVGGIOLE.

Magna placēt,tursim,sedeant stomachūq;lacessūt
Humenti frigent zezipha temperie.
Serica bacca rubens thoraci,& renibus affert.
Præsidium,nutrit, concoquiturq;parum.

Giuggiole.

Nomi.Lat.*zizipha.*Ital.*Giugube & Giuggiole*

Qualità. Le giuggiole mature son temperate così nel calido, come nell'humido.

Scelta. Si elleghino le mature,& ben rosse.

Giouamenti. Giouano il petto, alle reni, & alla vessica, fermano i vomiti causati dall'acredine de gli humori, se ne fà siroppo, il quale cōdensa il sangue colerico,&le materie sottili, che discendono al petto,&si metteno nelle decottion pettotali, per domare l'agrimonia del san-

angue, & cauar fuori il suo humore fieroso ;
gioua alla tosse, & all'asprezze delle fauci. Ne i
ibi son solamente dalli sfrenati fanciulli, e dal-
e donne molto le giuggiole desiderate.

Nocumenti. Sono di pochissimo nutrimen-
o: molto malageuoli da digerire, & imperò
nolto contrarie allo stomaco.

Rimedi. Bisogna vsarle in poca quantità, &
olamente per medicina, non per cibo, che
e ne fa nelle spitiarie lo siropo giugiubino. *Siropp*

MIRABOLANI.

'uta Mirabolanum est inter medicamina: confert
Ad iecur, ad renes, stomachũq; & viscera frenat
Sicamonium, tã quæ medicamina ferre laborem
Deijcendo solent, obstructis non statua vnquam.

Nomi. Lat. *Mirabolanum*. Ital. *Mirabolano*

Qualità. Sono frigidi, & secchi, astringenti, *Mirab lano.*
ccidi, & constrettiui.

Scelta. I più lodati sono quelli, che son ben
naturi.

Giouamenti. I conditi con zuccaro, massi-
ne i cheboli, sono migliori de gli altri, che sol-
ono manco; i mirobolani citrini, cheboli, in-
i embliici, & bellitici, seruono più per medi-
ina, che per cibo, & per questi quei che vor-
an saper le virtù loro; cerchino nel nostro
Herbario.

Nocu-

Nocumenti. Solo questo nocumento hanno i mirabolani in loro, cioè che augumentano le opilationi.

Rimedi. Nō si diano a gli opilati, nè a coloro, che son disposti cadere in tal difetto, ouero si diano conditi, & ben preparati.

Opilatiō

O L I V A.

Torpescens Olea exacuit, sed auara palatum.
Vix alet, arentem mollior aluus amat.
Igne leui, nisi salsa, tepens, imitata smarados
Fœniculo, atque acido rore refecta sapit,
Stringit Oliua recens condita, refrigerat, ægro
Concoquitur, stomacho mitior apta minus.

Nomi. Latin. *Oliua*. Ital. *Oliua*.

Oliua.

Qualità. Il frutto quando è ben maturo è mediocremente caldo, ma quando è immaturo, è veramente più frigido, & più costrettiuo, corrobora, & ferma il ventre: le condite in salamoia sono calde nel secondo grado, & hanno vn poco di virtù astringente, & corroborante.

Scelta. Le megliori sono quelle di Spagna, vogliono esser ben condite, & nate in luoghi aprici, grosse, & con picciolo osso, come quelle della nobilissima Città d'Ascoli.

Oliue di Spagna. Oliue. Ascoli.

Giouamenti. Indicono la flemma nello stomaco, & le condite eccitano l'appetito, & la lor salamoia lauādosi la bocca stringe le gengiue,

& ferma i denti smossi, quelle che si conseruano nell'aceto smorzano la colera. fermano il vomito, & sono molto megliori. Cocianſi in diuersi modi si come nel nostro Herbario habbiamo detto a pieno.

Nocumenti. L'oliue condite danno poco nutrimento, & tardi si digeriscono: le salate infiammano il sangue, & leuano il sono.

Rimedi. Bisogna mangiarne poca quantità & le condite con aceto son meliori: e che habbiano buona concia; sono buone ne i tempi freddi, a tutte l'etadi, e complessioni, si deuono mangiar l'oliue in fine dell'altre viuande per corroborar lo stomaco, & aiutar la digestione: ma a i tempi nostri si mangiano nel principio, nel mezo, e nel fine delle mense, con le carni, non i pesci & con l'oua, ma con grande errore, perche (come al suo luogo s'è detto) bisogna ne i cibi seruar l'ordine. *Ordine ne i pesci*

PESCHE.

ore sumus pluuie mox putrescentia ventre.
Fida calescenti, si modo prima damur.
ollia laxamus ventre, siccato tenemus.
Nos temus Persis, sed tibi grata sumus.

Nomi. Lat. *Persis*. Ital. *Pesche, & Persiche*. *Pesche.*

Qualità. I frutti son frigidi, & humidi nel secondo grado; l'amandole loro poi son caldeche.

Scelta.

Scelta. Le megliori persiche sono, le odorifere, ben colorite, ben mature, & che da gl'ossi facilmente si distacchino, che siano anco di ottimo sopore. Si lodano assai le duracine, che non si staccano, che sono più saporite, & hanno del cotognio, & però si chiamano persiche cotogne. Le noci persiche son le migliori di tutte.

Persiche cotogne. Noci Persiche.

Giouamenti. Son buone allo stomacho, & lubricano il corpo, quelle che si staccano dall'osso, & che son ben mature, si deuono mangiare nel principio del pranzo, che generano appetito, ma appresso bisogna beuer, vin buono, che sia vecchio, & odorifero, & per questo si infondado nel vino, il quale non per questo diuene venenoso, perche habbia tirato a se alcun veleno del persico, ma diuentisi tristo, & sciapito, perche le persiche che son porose hanno tirato a se lo spirito, & l'anima del vino, & però egli resta suanito, & senza virtù.

Nocumenti. Rilassano lo stomaco, generano humori che subito si inacerisc ono, & si corrompono, per esser di natura molle, & acquosa onde generano per lo più ancora ventosità; ma le duracine non fanno tanti danni, e per la proprietà generano l'hidropisia, onde alcuni per questo, credendosi di corregerle; le mondano, & l'infondino nel vino, ma commettono magiore errore, perche il lor succo nociuo più tosto vien trasportato alle uene, e cosi diuentano più nociue.

Duracine

Rimedi,

Rimedi. Beuasi appresso vn vino buono, odorifero, & aromotico, essendosi mãgiati a stomaco voto: ma le duracine, si deuono mãgiare dopò pasto, che cosi rinfrescano la bocca dello stomaco, e la sigillano, come fanno parimente le secche: son buone la state per i giouenì, e per i colerici, ma nuocono a' vecchi, & a i flemmatici, e a coloro ch'hanno lo stomaco debile: ma cotte sotto la cenere son cibo delicatissimo, e gratissimo a gli ammalati, che li aiutano nelle passioni del cuore, e col lor grato odore leuano la puzza del fiato, che vien dallo stomaco rallegrano l'animo: le secche son più sane, e fan migliore stomaco, e fermano i flussi. I nocioli de i persiochi mangiati leuano il nocumento de i frutti, giouano a i dolori del corpo, ammazzano i vermi, disoluono le ventosità, mondificano lo stomaco, e aprono l'opilation del fegato e lo confortano, spezxan le pietre delle reni, e della vesica, e le liberan da gli escrementi flemmatici, in somma son molto conuenienti per conseruar la sanità, se ogni mattina se ne mangiano otto, ò dieci; mà a chi hauesse il fegato troppo calido, bastan due ò tre.

Fiato fetido.

Pesche secche.

Pietre.

P R V G N E.

Pruna, licet vario decorata colore nitescant,
Frigens, & pluriclassa liquore fluunt.

Soluunt, corda fouenti ardentia prima repo...unt
Prandia sunt Sirij mobiliora soli.

Prugne. Nomi. Lat. *Pruna.* Ital. *Prune, & Susine Prugne, & se ne trouano infinite spetie.*

Qualità. Sono i pruni frigidi, & humidi, ritrouansene di più spetie, & alcune son dolci, e alcune acerbe, e austere. son frigide nel principio del secondo grado, e humide nel fin del terzo.

Dolci.
Austere.

Scelta. Sono molto lodate le damaschine, ò damascene, massime le ben mature; & dolci, quali son così chiamate da Damasco Città di Soria.

Diapruno.

Giouamenti. Purgano la colera, smorzano il calore, leuano la sete, rinfrescano, humettano il corpo, onde si cuoce il lor succo, e serbasi per eccitar l'appetito, & per estinguere a i febricitanti la sette, e se ne fa elettuario con scamonea, e senza per soluere il ventre, e con polpa di pruni damasceni, e manna si fa il nostro elettuario durantino, con infusion di sena, polipodio, anisi, e cinnamomo, che presone alla quantità di mez'oncia nel principio del pranzo, lubriea piaceuolmente il corpo; e gratissimo al gusto, come la cotognata.

Elettuario durantino.

Nocumenti. Nuocono a quei c'hanno lo stomaco debile, & frigido, a i decrepiti, e flemmatici, & a quei che patiscono dolori colici

Rimedi. Si rimedia a i nocumenti delle prune mangiandole ben mature, nelle prime mése

con

con zuccaro, ò mangiandoui sopra cibi salati, & beuendoci buon vino; sono ottime per i giouení, ne i tempi molto caldi, e per quei, che son colerici, e sanguigni.

Seguono i frutti dell'Herbe.

CEDRVOLI.

Abstergit Cucumis friget pariterque satiuus,
Ordine bino humet, & vesicaeq; vlcera sanat.
Vrinamq; ciet, reuocant animoq; lique ntes
Olbactu. morsusq; canum folia illita sanant.
Cum vino a mensis iuuat hos arcere serentes,
Lethales succos stomacho nisi forte coquant,

Nomi. Lat. *Cucumis satiuus.* ital. *Cedruolo.* *Cedruoli*

Qualità. Son freddi nel fin del secondo grado, & humidi nel terzo.

Scelta. I migliori sono i lunghi, grossi, & ben maturi, con colore gialetto, e i piccioli sono migliori de i grandi.

Giouamenti. Rinfrescano mirabilmẽte quei c'hanno ardor nello stomaco, leuano la sete, smorzano la collera e prouocano l'vrina, mondate dalle scorza, e fatte lunghe, e larghe, e sottili, e infuse in acqua fresca, messe su la lingua da i febricitanti, leua loro la sete, non lasciano rasciugare, e diuentare nera la lingua, nè il palato, anzi smorzano la sete, rinfrescano l'ardore

delle febri, e mantengono la bocca humida, e fresca, bolliti con zuccaro leuano la sete più valorosamente.

Nocumenti. Sono durissimi da digerire, generano flemma, & humori viscosi, e tal volta velenosi nel corpo, e nelle vene, dalli quali poi in processo di tempo si causano febri lunghe, e di mala qualità, e nuocono a gli stomachi frigidi, che non li digeriscono mai.

Rimedi, Son men nociui mangiandoli in insalata con cipolla, basilico, draconcello, menta, rucheta, & pepe, ò altri cibi simili. sono pessimi in tutti i tempi, a tutte l'etadi, e a tutte le complessioni. Son cibo per genti rustiehe, che si fatticano assai, e c'hanno lo stomaco molto caldo, ma non è cibo da persone delicate, cotte è manco nociuo.

Insalate di cedroli.

COCOMERO.

Alue, & vessicæ cucumer, stomacoq; salubris,
At venerem obtundit, non bene coctus obest.
Hic bilem subigitq: sitim, stomacoque calenti,
Gratus erit, Medici si sapit arte coqui.
Ne dinturna tamen sit concomitata, caueto,
Febris in assiduos sidatur esca cibos.

Nomi. Lat. *Anguria* It. *cocomero, & Anguria.*

Qualità. E il cocomero frigido, & humido nel secondo grado.

Cocomero.

Scel-

Scelta. I migliori son quelli che sono grandi, & ben maturi.

Giouamenti. E valorosissimo il cocomero per refrigerio de gl'assetati la state, vale nelle ardentissime febri che sminuisce il calore, & gioua all'aridità della lingua, i semi son rimedio alle reni, & alla vesica, prouocando l'vrina, son molto conuenienti alli stomachi caldi, & secchi, ristorano quei che patiscono suenimēti per il souerchio calore, la polpa de i cocomeri, si tiene in bocca per l'aridità della lingua.

Lingua arida.

Nocumenti. Vsandosi troppo è di cattiuo nutrimento il cocomero. & se presto non passa dallo stomaco, corrompesi, & conuertisi in humore simile a i mortiferi veleni, sminuisce il seme genitale, & estingue gl'appetiti venerei, genera nello stomaco flemma viscosa, la quale diffondendosi cruda per le vene, cagiona longhissime febri, fanno i cocomeri, a quei 'channo la flemma nello stomaco nausea, & cagionano dolori colici, & passioni ipocondriache.

Rimedi. Non bisogna mangiarlo nel principio della mensa, perche à guisa di rafano ascende ad alto: in fine del mangiare è manco nociuo & è più facile a digerire: sono i cocomeri inimici a vecchi, & alle frigide, e humide complessioni, & il rimedio è di mangiare vn poco di seme d'ameos: a gioueni sono più conuenienti, & parimente a sanguigni, & cotti son manco nociui.

Arrident æstate cibis, corruptaque febrem,
Fraga creant, oculis visceribusque fauent.

Nomi. Lat. *Fraga.* Ital. *Fraghe, & Fragale.*

Fraghe. Qualità. Sono frigide nel primo grado, & secche nel secondo.

Scelta. Le migliori sono le rosse, ben mature, grosse di grandissimo odor, & domestiche, & quelle de' nostri monti di Terrasanta: & di Monte nero che le nostre pastorelle portano a noi chiuse nelle scorze de gli arbori.

Giouamenti. Sono al gusto gratissime, smorzano l'ardor, & l acutezza del sangue, & estinguono il feruor della collera rinfrescando il fegato. Leuano la sete, prouocano l'orina, & eccittano l'appetito. Il lor vino dissecca i quossi del viso, e chiarifica la vista applicato a gl' occhi leuãdone le nuuolette, & asterge la pelle del viso guasta da morbiglioni. Le fraghe nessun veleno prendono da i rospi, ò da serpenti, da quali son spesso calcate essẽdo poco da terra lontane. Formano le dissentieri, & i flussi delle donne, & giouano alla milza. La decottion delle frondi, & dalle radici gioua beuutta a l'in fiammation del fegato, & mondifica le reni, & la vesica, & l'acqua stillata dalle fraghe ferma il flusso del sangue in tutte le part.

Quossi. Vino di fraghe.

Acqua di fraghe.

Nocumenti, Son di poco nutrimento, & facilmen-

cilmente si corompono nello stomaco; nuocon le fraghe fortemente a i tremoli, & paralitici, & a quei che patiscono dolori di nerui. Et il lor vino imbriaca. Si putrefanno facilmente onde chi ne mangia assai, cade spesso in febre maligne.

Vino di fraghe.

Rimedi. Bisogna, nettare prima dalle frondi, & da ogni brutezza, tasiatte con buon vino bianco, & poi mangiarle asperse di zuccaro. Sono conuenieti ne i tempi calidi a giouani, & a complessioni coleriche, & sanguigne, & a stomachi non debeli, & si deuono mangiare auanti tutti gli altri cibi, Ma in poca quantità, come le cerase, & le mori, & gli altri cibi fugaci.

MELONI.

Abstergit lapidem minuit Pepo mitigat æstus.
Huic male concecto, pessimus humor erit.

Nomi. Lat. *Pepo.* Ital. *Melone, & Pepone.*

Meloni. Peponi.

Qualità. Sono i meloni, & peponi frigidi nel secondo grado, & i melomi humidi in fin del secondo, & i peponi nel terzo grado.

Scelta. Si elegano quei che son di odore, & di sapore esquisiti al gusto sommamente grati, & che siano freschi, & maturi.

Giouamenti. Rinfrescano valorosamente,

nettano il corpo, prouocano l'vrina, cauano la sete,& eccitano l'appetito,quei che ne mangiano assai s'assicurano della pietra, & dalla renella,& perquesto Albino Imperatore se ne dilettaua in modo,che vna sera mangiò cento persiche di cãpagna, & dieci meloni d'Ostia, i quali a quel tempo erano più lodati.

Albino Imperatore.

Nocumenti. Fanno ventosità, & dolori nel ventre,& però se ne deuono astenere quei che patiscono dolori colici, perche generano cattiuo nutrimento, facilmente si conuertono in quelli humori,che ritrouano nello stomaco,& difficilmente si digeriscono, per la lor frigidità; e così eccitano vomito, e flussi colerici, e pettecchie.

Rimedi. Non si deuono mangiare se non à stomaco voto, perche essendo di facile conuersione, subito si mutano in quelli humori, che ritrouano nel stomaco. E buon rimedio ancora il mangiar col melone il cascio vecchio,e cose salate, & beuendoci appresso ottimo vino, ma non molto potente, & mangiando poi altri cibi di ottima sostanza, sono buoni ne i tempi caldi, & ardenti, & conuengono in ogni età,eccetto che alli decrepiti,che nuocono à flemmatici, & a malenconici grandemente.

ZVC-

Succi aquei, cursus rapidiq; Cucurbita, bilem
Vincit, & Iliacum non bene cocta, ciet.
Quābene grata tamen cuicumq; admixta secūdat,
Huic exuerna magis quam sua forma placet.

Nomi. Lat. *Cucurbita*. Ital. *Zucca*.

Qualità. E frigida, e humida nel secondo grado. *Zucca.*

Scelta. Le miliori sono le lunghe, e fresche, e tenere: le verdi deuono esser leggieri, e dolci.

Giouamenti. Gioua a i colerici, smorzando la sete, rinfrescano il fegato, & solue piaceuolmente il corpo: Le fritte sono molto più sane, che le lesse, imperoche nel friggere lasciano gran parte del loro acquoso humore, & così danno migliore, e più copioso nutrimento.

Nocumenti. E di cattiuo nutrimento, e si corrompe, cambiandosi con quell humore che troua nello stomaco, e perche è insipida, riceue quel sapore, e genera l'humor simile a quella cosa, con la qual si condisce. Nuoce a' freddi, & a' flemmatici, generà molta ventosità, e però indebolisce lo stomaco, & nuoce a gl'intestini, fa i dolori colici, & i premiti.

Rimedi. E manco nociua, apparecchiata con cose agre come agresta, & simili, & parimente con cose salse, & calide, come sono senape, pepe, e cipolla, e petrosello, è buona ne i tempi caldi per i giouenì, & colerici. *Conditura.*

AVERTIMENTI NELLE Carni

LE carni più d' altro cibo nutriscono, perche essendo calide, & humide, facilmente si trasmutano in sangue,&danno grandissimo nutrimento;circa le quali bisogna seruar queste regole.

I.Sẽpre si auertisca,che gli animali,le carni,l'herbe, i frumenti, e vini si elegano de i luoghi alti,e odoriferi,che sian da ottimi venti ristorati, e soaui raggi del sol ricreati, doue non siano stabili,nè stagni,e che in essi le cose si conserui lungo tempo incorrotte.

II.Che si fuggano tutte le carni de gl'animali,che stanno nelle paludi,e nelli stagni,e nelle lagune, come sono l'anitre,e l'oche

III.Le carni de gl'animali troppo gioueni,è troppo vecchi sono cattiue,dure, secche, neruose,e di poco nutrimento,e difficili a digerire: quelle de gl' animali troppo vecchi, come quelle de'gioueni,sono troppo humide, e piene di superfluità, quantunque per il ventre più facilmente discendono.

IV. la carne de gli animali maschi è più calda, più secca, & più facile, a digerire,che quella delle femine, la qual'è più frigida,& piu humida, & per questo è più indigestibile, & quando auiene, che la carne delle femine è migliore per i febricitanti, che quelle de' maschi,

ſchi, perche è manco calda, & più humida: è per queſto s'hanno da dare la ſtate a gl'infermi le polanche, & non li pollaſtri.

V. Ogni carne femina genera ſangue cattiuo, più che quella de i maſchi, eccetto le capre che ſono di più laudadil nutrimento, che non ſono i becchi.

VI. La carne ſalata nuoce, generãdo ſangue graſſo, & malēconico, perche diſſecca grandemente poco nutriſce, & genera cattiuo ſucco.

VII. La carne groſſa, preſto ſi digeriſce, genera nondimeno molta ſuperfluita, & per queſto è di poco nutrimento, leua l'appetito, impediſce la digeſtione, & fa languido lo ſtomaco: la magra è di maggior notrimento, & genera poca ſuperfluità; onde la mezzana tra queſte due è la più preſtante, perche genera ſangue temperato.

VIII. Le carni de gli animali volatili ſon più leggieri, più ſecche, & di più facil digeſtione, che quelle de gli animali quadrupedi, per queſto ſono conuenientiſſimi a coloro, che attendono più a gli eſſercitij dell'anima, che del corpo, perche più facilmente de gl'altri ſi digeriſcono perche generano ſangne chiaro, mondo, ſpiritoſo, & molto atto a gli eſſercitij della mente, & alla ſpeluncatione dell' intelletto.

IX. Le carni d'animali ſaluatichi ſon megliori di quelle de' domeſtici, & il ſangue gene-

rato da loro ha poche superfluità, per molti lc ro essercitij, e fatiche, e perche viuono in Aere più secco, massime quelli, che soggiornano ne i mõti, & per questo la carne loro si conserua più lungo tempo incorrotta, perche hanno poco grasso, e per questo generano poche superfluità, meglio nutriscono, & generano sangue megliore; ma gli animali domestici sono più humidi de i saluaggi, per l'otio, & per l'humidità dell' Aere, nel quale vanno.

X. Ne' tempi, & complessioni humide, le carni, che si declinano alla siccità sono più conuenienti, ma i tempi, & complessioni secche, & età, e per i vecchi sono più a proposito le carni, che habbino dell'humido.

XI. La carne del castrato è megliore, perche è di temperata complessione, perche è più calda delle feminine, e de' maschi più frigida.

XII. La carne di animal negro è più leggera, & più soaue, che quella di animal bianco.

XIII. La carne, che circonda l'osso, è di più laudabile nutrimento, e la carne dalla parte destra è più leggiera, e più facile a digerire della sinistra, & quella della parte anteriore è meglio della posteriore, perche le carni anteriori sono più calde, & più facili à digerirsi, ma le posteriori sono più frigide, & più grosse: e la carne, che è più propinqua al core, è più prestante, che quella che n'è più lontana, per-

che

cre corroborata dal calor del cuore si fà più atta a notrire.

XIV. Le carni, che declinano alla siccità, bisogna lassarle, & quelle che declinano all'humidità atrostirla, per contemperare l'humidità loro, & per questo le carni di conigli, di lepori, di cerui, & caprij, bisogna lessarle, & l'elissatione tempera la lor siccità: ma la carne di porco, di castrato, & di montone si deue arrostire.

XV. La carne arrostita nello speto, è grassa, e di gran nutrimento, ma si digerisce più difficilmente che quella che si lessa, e per questo non bisogna riempirsene; la lessa è di più facil digestione, da più laudabil nutrimento, & per questo è più conueniente, cha l'arrostita, Ma è da notare, che le carni molto grasse, bisogna arrostirle, & le magri per il più lessarle, perche il fuoco consumma la grassezza loro, si come la magrezza rioeue humidità dall' acqua. Nel pranzo si conuengono più le carni lesse, nella cena l'arrostite, che essendo più difficile a digerire, la notte meglio si digeriscono. Le carni fritte generano fastidio nausea, grauità di testa, & difficilmente si digeriscono, se bene sono di gran nutrimento.

AGNELLO.

Anniculus placeat, vel si sine testibus Agnus,
Pinguior est Hedo, quam calet, olla nores.

Nomi.

Agnello. Nomi. Lat. *Agnus*. Ital. *Agnello*.

Qualità. E l'Agnelo calido nel primo grado e humido nel secondo, ma il lattante è humido nel terzo, & ha molta viscosità, ma quando ha l'anno, non abbonda di tanta humidità, che subito leuato dal latte gli cresce il calore. mancandogli l'humidità.

Scelta. Che sia di vn'anno, maschio, e che sia nato di Primauera, e habbia pasciuto herbe odorate.

Giouamenti. Genera buon nutrimento, facile a digerirsi, massime quando si è pasciuto d'herbe odorifere, vale contra l'humor malenconico, gioua a coloro, che stanno ne i paesi caldi: e ne i tempi caldi, & a quei che sono di colerica, & adusta complessione. Quel che non allatta meglior facilmente si digerisce, genera buono, & più copioso nutrimento.

Nocumenti. La carne d' Agnello giouane lattante, è humida; viscosa scrementosa, mucillaginosa, e di grosso nutrimento, & per questo nuoce molto a i flemmatici, e massime a i vecchi ne i tempi, e paesi freddi genera molta viscosità nello stomaco, perche hà in se souerchia humidita, & tanto più quanto è più giouane. non è conueniente a gl'inferni, massime a chi patisce mal caduco, ò altre passioni del ceruello, & de'nerui.

Mal caduco.

Rimedi. Non si mangi se non di vn'anno, & che non habbia vsato il coito, & cuochisi arosto,

sto,con saluia,rosmarino,aglio, & garofani,& con altre cose calde, che diseccano l'humidità, mangiandola questa carne, si accompagni con carne salata,e menta:si mangi con salse che habbino dell' incisiuo, & del disseccatiuo,come è la salsa fatta di mostaccioli Napolitani infusi in aceto, , pestandoli bene, & aggiungendoui succo di petresello: ma arostita è molto meglio,che bollita.

Salsa.

BECCO.

Cum mele olet,siccat,sitiamCaper imbrobus,absit
Et cadat ante foco victima Bachetus.

Nomi.Lat.*Caper,& Hicus*.Ital.*Becco*.

Becco.

Qualità. E questa carne calda, e secca:& de de i giouени è manco male, massime se siano castrati.

Giouamenti.Gioua a quei, che sono smisuramente grassi.

Nocumenti.E carne puzzolente,è difficile a digerire, & genera cattiuo nutrimento, patisce il mal caduco, onde a gl'huomini,che sonno sposti a quel male è pernitissima,genera humor malenconico,& ventoso.

Mal caduco.

Rimedi.Bisogna in tempo di necessità,mangiar questa carne, che sia grassa, e giouene, e sia lessa con herbe odorate,& cauoli,&si mangi con agliata; i becchi castrati sono manco noci-

Cottura

nociui, & i montani son manco fetidi; & la lor carne è più secca, che quella del domestico.

BOVE, VITELLO, E TORO.

Assiduos habet ante vitulos tua prandia in vsus,
Cui malida, & sapido iuncta tempore care est.
Terrea bilem afferre, terram digesta per annos
Nunc eme, sic pomacho fit leuis esca tuo.

Nomi. Lat. *Bos, Vitulus, & Taurus.* Ital. *Boue, Vitello, & Toro.*

Qualità. E la carne di vaccina fredda nel primo grado, & secce nel secondo, ma quando è vicina alla natiuità ha più dell'humido, che le carni gioueni de gli animali, che per natura son secchi, sono temperate.

Scelta. Il boue deue esser giouene, & grasso, e mezzo a l'aratro; la vitella, che sia lattante, e di madre, che habbia pasciuto di ottimi pascoli.

Giouamenti. Il bue è di grandissimo nutrimento a quei che molto si affaticano, & genera loro molto sangue, e stagna il flusso colerico, la vitella di grandissimo nutrimento, e genera ottimo sangue, facilissimamente si digerisce la comperaccia è men buona della montagna.

Nocumenti. Il bue è di pessimo nutrimento,

cardi-

tardi si digerisce, genera narici, e infirmità malenconiche, la vitella è di grossa sostanza, e per questo nuoce a i conualescenti. Il toro è peggior di tutti, ch'a carne grossa febrosa, dura, secca, fetida, e di cattiuo nutrimento. la vacca è cattiuissima, massime la vecchia. *Vacca.*

Rimedi. La carne di vaccina si tenga nel sale per vinti quattr'hore, & cuoca bene; la vitella cuocasi in compagnia di galline, ò capponi grassi, e ponghisi seco il petrosello.

B V F A L O.

Bubalus hinc abeat, ne ve intret prædia nostra,
Non edat hunc quisquam, subiuga semper eat.

Nomi. Lat. *Bubalus*. Ital. *Bufalo* *Bufalo.*

Qualita. La carne del bufalo è carne grossa, che non si legge, chi entrasse nelle mense de gl' antichi; nondimeno a i tempi nostri si mangia da molti, & si lodano lombi di bufaletti, il fegato, la lingua, e le zinne delle femine, che allatano. & è cibo ordinario, & grasso.

Scelta. Sia giouene, & grasso.

Giouamenti. Si mangi in poca quantità, perche non è da stomachi delicati.

Nocumenti. Difficilmente si digerisce, genera nutrimento grosso, & viscoso. Mangiata questa carne fresca, oltre ch'è ingrata al gusto, moue il flusso del corpo.

Rime-

Rimedi. Salata questa carne è manco nociua, e ha miglior sapore.

Nam sapit esca malesque datur absque sale.

CAPRETTO

Haedulus ad domini saltet, sed frigidus, aras,
Vix calet, ille aegris vix alimenta feret.

Nomi. Lat. *Hædus*. Ital. *Capretto*.

Capretto Qualità. È caldo temperamento fin al secondo mese, & è carne laudabile, & temperata tra l'humidità, & siccità.

Scelta. Si elegghino i negri, & rossi, ma che non arriuano a sei mesi, anzi che siano lattanti & siano maschi.

Giouamenti. Dà ottimo nutrimento si digerisce presto, conferisce alla sanità mirabilmente gioua grandemente a gli infermi, & a i conualescenti, & a coloro, che non molto si affaticano, & a gli studiosi.

Nocumenti. Nuoce il capretto a i vecchi decrepiti, & a quei che hanno lo stomaco frigido & acquoso. Nuoce a quei che molto si affaticano, & a quei che patiscono dolori colici, ò mal caduco.

Mal caduco. Rimedi. Si rimedia cocendolo ben bene, & non allesso, ma arrosto, massime le parti di dietro che non sono tanto humide, quanto quel-

quelle dauanti,& si mangiano con aranci, la lesse si mangi fredda.

CAPRIO.

Iam canibus laqueos, iniungite, cum lacer vdam
Tingit humnum roseo sanguigne Capreolus.
Hic optata feret nobis fomenta calore,
Vda leui, modicis moxque fouenda focis.
Damula adusta magis, si matris ab vbere rapta est
Huic prior in nostro forte erit orbe locus.

Nomi. Lat. *Capreolus, & Damma.* Ital. *Caprio, Capriolo, & Damma.*

Caprio Damma

Qualità. E caldo, e secco nel secondo grado.

Scelta. Si elegono de i caprij, e delle damme, quelli che siano gioueni grasi, & assai esercitati, che così si dissoluono loro i tristi humori diuengono più facili a digerire, & il sangue che generano ha pochissime superfluità, nondimeno tira vn poco al malenconico, come quasi quello di tutte l'altre fiere.

Giouamenti. E di grande, & buon nutrimento, & in questo supera, tutte l'altre carni seluage, vale contra la paralisia, dolori colici, & smagra i troppo grassi.

Nocumenti. Nuoce a i magri, & estenuati, perche generano sangue asciuto, ne vengono a patire i nerui massime se l'animale è vecchio

che

che all'hora è più difficile a digerire. è cattiuo cibo ne i tempi caldi.

Rimedi. Quando si cuoce, si bagni assai con olio, ò con grasso, acciò la carne si faccia più humida, & più facilmente si digerisca, mangiasi alle tauole de i grandi questa carne lessa arrostita, in pastici, si conuiene l'inuerno per i flemmatici, ma non conferisce a i goueni, & a i colerici. Si querelano questi animali così.

Pastici.

Dente timetur aper defendunt cornua Ceruum:
Imbelles Damæ quid nisi præda sumus?

CASTRATO

Hunc amo si duri per pascua Monti anhelat;
Maluero si aut vellere diues erit.

Nomi. Lat. *Verues*. Ital. *Castrato.*

Castrato.

Qualità. E questa carne calda & humida temperatamente.

Scelta. Si eleggano i goueni d'un'anno, che così la carne loro è molto buona, & molto cõueniente per sani, e per gli ammalati: massime se i pascoli loro saranno in colli d'herbe odorifere, come son i nostri di Gualdo, che così questa è meglio di tutte le carni.

Giouamenti. Genera questa carne buon sangue, perche è soaue, & di buon nutrimento, & facilmẽte si digerisce. Il brodo di castrato è ottimo; & vale molto cõtra l'humor malenconi-

Cottura.

co,

co, & mantiene l'humore in temperamento,& equalità ;si mangia lessa con petrosello ouero i quarti di dietro arrostiti, con rosmarino, & aglio battuti prima con i bastoni.

Nocumenti. Quando il castrato è vecchio, nuoce la sua carne, perche si dissecca, si per la età, sì ancora per il mancamento de'testicoli, & è difficil a digerire, & manca della soauità; & grata.

Rimedi. Non si mangi la carne de i vecchi, & mangiando quella de i gioueni cotta à lesso, si accompagni con le herbe aperitiue, & cordiali, & cotta arrosto si occompagni con la saluia, rosmarino, & agli, come si è detto; è buona questa carue in tutti i tempi, in tutte l'etadi; in tutte le complessioni, & in tutti i paesi.

CERVO.

Terreus est nolitat sed Ceruus: retia tendas
Ne fugiat, neruis cum tumuere fauet.
Si vereare nigram bilem, sit captus anhelo.
Esca cani, cordis, sed prius ossa latas.
Illa venenatum poterunt depellere virtus.
Sic nihil est penitus, quod sint laude voces.

Nomi. Lat. *Ceruus*. Ital. *Cerno*. *Ceruo* I

Qualità. E caldo nei primo grado, secco nel secondo.

Scelta. Si elegga giouene, ò lattante, ouero che sia stato castrato.

Giouamenti. La carne de i cerui piccolini strati è lodata per carne di buon nutrimento, che così perde ogni malitia, il corno del ceruo abbrusciato, saccia tutti gli animali velenosi & l'osso, che si ritroua nel suo cuore, è molto cordiale, resiste a i veleni, & per questo si mette nelle triache.

Ossa del cor di ceruio.

Nocumenti. Questa carne genera grosso, & malenconico humore, difficilmente si digerisce, & è di poco nutrimento, genera paralisia, e fà tremuli, & quartanarii.

Rimedi. Cocendosi in compagnia d'altre capi, d'animali grossi, ouero in pasticci, con molto lardo, ouero sia di cerui gioueni, ò castrati, depone la sua malitia, non si mangi la state, massime da i vecchi, & da i malenconici, l'inuerno si mangia più securamente, perche si la state mangiano vipere, e serpenti, il lombo è la sua parte megliori.

Pasticci.

CONIGLIO.

Credidera leporem, sic forma simillima fallit.
Ambo super fœtant, dente vel aure pares.
Ambo timent, distant tamen, vlla cuniculus affert
Fercula, viscosi misum initata gluten.
Hunc torre igne tamen. suffossa euertere Castra
Bethydis pudebit si modo credis aquis.

Nomi.

Nomi. Lat. *Cuniculus*, Ital. *Coniglio, & picciol lepre, per la gran similitudine, che con quello tiene & dal continuo caminare, che egli fa sotto terra, hanno imparato i Soldati di far le mine, onde disse il Poeta.*

Mine. Coniglio

Gaudet in effossis habitare Cuniculus antris,
Demostrat tacitas hostibus ille vias.

Qualità. E freddo nel principio del primo grado, & secco nel secondo, & la sua carne è manco secca della leporina, & di men cattiuo nutrimento.

Scelta. Si elegga il giouene, grasso, d'inuerno, & che la sua carne all'aria della notte sia diuentata tenera, e frolla che i vechi han carne impura, poco sana, & poco grata al gusto.

Giouamen. Dà buon nutrimento, & copioso, consuma l'humidità superflue, a flemme, che ritroua nel stomaco, & lo conforta, sono queste carni più bianche, nè tanto secche come le leporine, e per questo meglio nutriscono & più facilmente si digeriscono: prouocando l'orina, e giouano a coloro, che patiscon l'elefantasi.

Nocumenti. Nuoce a i malenconici massime a i decrepiti, e ne i tempi caldi, che genera grosso nutrimento, & non molto buono, e non è questa carne molto grata al gusto.

Rimedi. E manco nociua questa carne, facendola vn poco bollire, & poi arrostirla con

Cottura

herbe odorifere garofani; noce moscate, o canella, lardo, o strutto.

GHIRI

Nil iuuat vmbrosi latitare cutilibus antri
Olis tibi, vita & mors hic tibi somnus erit.
Nec pingui nocuisse mal o; ingeniosa libido.
Interdicta gulæ nexia quæque vocat.

Nomi. Lat. *Glis*. Ital. *Ghiro, e animale molto simile a i topi, che la maggior parte dell'anno dorme, & l'inuerno per il sonno si ingrassa ma la state mãgia ghiande, noci, & castagne, õde disse il Poeta*

Ghiro.

Tota mihi domitur hyemis, & pinguior illo
Tempore sum quo me nil nisi somnus alio.

Qualità. Son caldi, e secchi.

Scelta, Si elegghino i grassi, e grossi.

Giouamenti. Nutriscono gagliardamente, e son al gusto diletteuoli, appresso i Romani furouo in gran pregio nelle mense loro ma appreso i Greci non furono in alcuna consideratione, Sono vtilissimi a paralitici, e giouano a quei che patiscono la fame canina, per la grassezza loro.

Nocumenti. Se non son grassi, difficilmente si digeriscono, & generano humor malenconico, & frigido, & grosso nutrimento, & essendo troppo grassi distruggono l'appetito, offendendo lo stomaco.

Rimedi.

Rimedi. Si mangiano fritti nella padella, oueramente arrostiti con herbe odorate, e specie, ò sale, & cose aromatiche.

LEPORE.

Auriti Leporis mihi pulpamenta reponas,
His meus abradi iam didicit stomachus,
Ignea sunt, aluum duraut, sed renibus Arctas.
Et femori norunt haec reserare via.
Iuppiter alme, datur lepori si sexus vterque,
Nec fera, nec malus, est omnibus esca placet.

Nomi. Lat. *Lepus*. Ital. *Lepre, & Lepore dalla leggierezza de piedi così detto, e dalla velocità del corso, che gli sono state date iu cambio dell'armi, per difendersi dalle bestie, & da i cacciatori.* *Lepore*

Qualità. E la lepre secca nel secondo grado, e calda nel principio del primo.

Scelta. La megliore è la giouene presa da i cani nella caccia con molto trauaglio, si d'inuerno, e la carne si frolli al sereno della notte.

Giouamenti. I leporotti son molto soaui, e grati allo stomaco, cotti in acqua, vino, & saluia, ouero arrostiti con saluia, e garofani, o fattone pastici datoli primo vn bollore. giouan a quei che son tropo grassi, e desiderano smagrire. Fan buon colore in viso, onde scherzando disse il Poeta. *Pastic.* *Smagre.*

Si quando leporem mitis mihi Gellia dicis.
Formosus septem Marce diebus eris.

Si non derrides, si verrum Gellia narras.
E dicti nunquam Gellia tu leporem?

Il sangue della lepre mangiato fritto gioua alla dissenteria, alle posteme de gl'intestini, & à i flussi inuecchiati, rompe la pietre delle reni, e della vessica, il ceruelo della lepre arrostito gioua mangiato al tremor de i membri, & col medesimo si facilità l'vscita de i denti a' fanciulli, e sminuisce il dolor, ilquaglio beuuto con aceto gioua al mal caduco, facendo bagno col brodo della lepre, conferisce a i podagri.

Nocumenti. Tardi si digerisce, genera grosso sangue, stringe il ventre, induce viglia, & sogni fastidiosi genera sangue malenconico onde nuoce à i malenconici; & a quei che studian, e dà poco, e cattiuo nutrimento, e fa malenconico.

Rimedi. E manco nociua cocendoli piena di lardo, o di altro grasso, con molte spetie aromatiche. Non è buona se non l'inuerno, e per i gioueni, e per i sanguigni.

MONTONE.

Non aries facilis coctu est, alimenta ministrat.
Pessima, nec gulæ, ventriculoue placet.

Nomi. Lat. *Aries.* Ital. *Montone.*

Qualità. E simile alla carne di becco, ma facile à digerire.

Gio-

Giouamenti. Non ha in se virtù alcuna, & per questo è stata dalle mense sbandita.

Nocumenti. Le carne del montone, tanto giouene quanto vecchio, è di cattiuo nutrimento, difficile à digerire, & insuaue, percioche è di fetido odore, & di cattiuo sapore, & similmente quella della pecora. *Pecora.*

Rimedi. Il vero rimedio è di non mangiarne, e sbandirlo dalle mense, come abomineuole, & nociue.

PORCO DOMESTICO.

Sus tibi cœnoso sit cana domesticus ore,
Grata ferat nobis mensa hymalis aprum.

Nomi. Latin. *Sus.* Ital. *Porco.*

Qualità. E caldo nel primo grado, humido nel fin del secondo, ma il lattante è più humido, e per questo le porchette si deuono fuggire perche apportano molto danno. *Porco.*

Scelta. Quello è megliore, che sia ne troppo picciolo, nè troppo vecchio, ma mezza età, sia maschio, & alleuato alla campagna, & ne i monti.

Giouamenti. Dà copiosissimo, & lodeuol nutrimento mantiene il corpo lubrico, e prouoca l'orina, i presciuti, e l'altre parti salate son buoni per eccitar l'appetito, e per cuocer con l'altre carni, che da lor gratia, e fa saporito il bere; incide le flemme. *Bere.*

Nocumenti. Nuoce questa carne alle persone delicate, & che viuono in otio fa venir le podagre, & la sciatica, massime se è di porco lattante, & perche è troppo humida, & troppo viscosa, & di molti escrementi, facilmente si putrefa, & conuertesi nelli humori cattiui, che ritroua nello stomaco, genera flemma, & dolori colici pietre nelle reni, & opilationi del fegato; le scrofe hanno la carne legnosa, e piena d'humor malenconico, generano grosso nutrimẽto, õde queli che frequentano il mangiar troppo questa carne, abondano di molti escrementi, l'assogna, rilassa lo stomaco, leua l'appetito, prouoca la nausea, & facilmente si cõuerte in colera.

Scrofe.

Rimedi. E manco nociuo il porco mangiato in poca quantità, di mezo età, & che la carne sia magra, ma d'animal grosso, salipresa, arrostita fresca, con herbe odorate, ouueramẽte cotta nella graticola con sale, finocchio, ò pitartima, che cosi è più gioconda al gusto, & è più sana, perche non ha tanta superfluita humidità: è buona questa carne ne i tempi molto freddi, per i gioueni che hanno lo stomaco caldo, & che molto s'affaticano, ma nuoce a vecchi, a studiosi, & ad otiosi.

PORCO SILVESTRE.

Sus tibi cœnoso sit cœna domesticus oro,
Grata ferat nobis mensa hyemalis Aprum,

Ille

Ille licet currat vertice montis, aquose.
Carnis erit, pluri, sed tamen apta cibo est.
Huc feritas sylusq; domant, & inania saxa.
Post melius pluri, sed tamen apta cibo est.

Nomi. Lat. *Aper.* It. *Cignale, & porco seluaggio.* *Cignal*

Qualità. E caldo nel primo grado, & humido temperamento, percioche non ha tanta humidità quanto ha quella del domestico, il che nasce dalla fatica, dall'aria, & da i pascoli.

Scelta. Il meglio è il giouene, grasso, & preso nella caccia d'inuerno, & sia frollo.

Giouamenti. E nobilissimo cibo, si mangia per il più arrosto dà copioso nutrimento, è carne, che presto digerisce, la meliore carne è quel la de porci siluestri che più liberamente vanno vagãdo, & masime ne i monti: si insalano questi come i domestichi, & serbansi all'vso. Nell'Isola di S. Thome tanto i porci domestichi, come i saluatichi sono ottimi, che si nutriscono di quelle carne, onde si caua il zucchero. *Porc timi*

Nocumenti. Nuoce a gli huomini che viuono otiosamente, & à quei che hanno lo stomaco debile, & pieno di flemme, perche genera escremẽti assai in quelli, & accresce l'humidità

Rimedi. Si leua il nocumento loro cocendosi questa carne in brodo lardieri: ouero in pasticci con molte specie, che così si consuma la superfluità di questa carne, laquale non è buona se non l'inuerno, per quelli che sono colerici, & sanguigni, & che si esercitano assai.

SPI-

Viere Echino Hilaris, stomacum fouet Ilia mollit,
Humet, & vrine firmat loca lassa fluentis.
Febribus antiquis cibus est aptissimus, ægris
iccio. *Proficit, & neruis sale si conditus edatur.*

Nomi. Lat. *Echinus, & Herinaceus: il maggiore Istrix.* Ital. *Riccio terrestre: li maggiore Istricu, & Spinoso.*

Qualita. E il maggiore, & minore spinoso freddo nel primo grado.

Scelta. Quello spinoso è il migliore che sia stato per vn gran pezzo trauagliato nella caccia, in tempi molto freddi, & che all'aria sposeso sia diuentato frollo.

Giouamenti. Dà gran nutrimento, risueglia l'appetito, fà dormire, dà forza a quelli, che molto s'affaticano, & la sua carne mangiata non lascia sconciare le grauide, gioua a gli hidropici, & a quei che patiscono elefantia, & renella.

Nocumenti. E la carne del riccio, & dello spinoso tarda da digerirsi, genera molto flemma, & molta viscosità, aumẽta, l'humore malenconico, nuoce a quei che patiscono le morici.

Rimedi. Perde la sua malitia questa carne, cocendosi in pasticcio con molte spetie, ouero arrosto, con herbe odorifere aglio, & canella: ma che sia diuentata tenera, & frolla al sereno, & si conuiene i tempi freddi, come si è detto.

AVER-

AVERTIMENTI NELLE PARTI De gli Animali.

Parti de gli animali.

FRa le parti de gli animali, alcune son migliori dell'altre, percioche tutte l'estremità, come il capo, il collo, i piedi, la coda, sono rispetto al resto dure, di poco, & grosso nutrimento, & difficili a digerire, ma più saporite, & megliori son le parti circa l'ali, circa il collo, circa il petto, e circa il porso.

PARTI DE GLI ANIMALI.

Quadrupedũ effodias ocutos, cerebella volucium
Vda nimis, calidum ni piper addis errunt.
Sunt aquea, & pluuio si turgent vbera lacte placet
Carde minus sapuit, nec sine lacte placent.
Colla, iecurq; calent, collum, sed fortius humet,
Gallina, Anser, Anas mol lius hepar habent.
Per placet anterior, sed non minus ala, tepores
Aerios non est hac imitata minus.
Et volucrum aerios renes coquus, ipse lienem,
Pulmonem, ventres, siccaq; corda voret.

Capo. Capo. Il capo sia d'animale temperato in complessione, & di età mediocre: quei di capretto sono megliori dà grandissimo nutrimento al corpo prouoca l'orina, soluon il ventre, & eccitan gli appetiti venerei, ma mangiandone troppo ingrossan l'humor sottile, & generan i grossi, grauan lo stomaco, perche tardi si digeri-

crescono, & difficilmente passano, se non se mangian non sapori fatti cō senape, come mostarda forte, ouero con altre cose aromatiche; è il capo caldo nel primo grado, & humido nel secondo; è per i gioueni, & per i colerici buono ne i tempi freddi.

Occhi.

Occhi. Gli occhi de gli animali da pochi si mangiano, sono di natura acquea sono cōposti di sostanza dissimile per la grandezza, hanno in se viscosita, onde difficilmente si digeriscono, eccitando però, quei de' capretti.

Ceruello.

Ceruello. Ogni ceruello nuoce allo stomaco, & induce nausea, è cibo flemmatico di grosso nutrimento difficile a digerire, ma condito con sapore, & cose aromatiche diuenta meglio re: il ceruello de gli vccelli, massime de i montani è molto buono, mangiato con origano, pepe, & simili aromati, e con aceto per leuare la loro humidità.

Zinne.

Zinne. Quando sono col latte piacciano molto a i golosi, massime quelle di scrofe, & di vacche, se ben si digeriscono, danno buon nutrimento, ma quando lo stomaco non le passa, generano nutrimento crudo, & viscoso.

Collo.

Collo. I colli de gli vccelli, son come le corde de' quadripedi, veri, e difficili a digerire, ma per il moto che fanno, generano, manco superfluità, I colli de' colombi arrostiti sono buoni per i conualescenti, & per tutti quelli c'hauesse poco appetito.

Fegato.

Fegaio. Il fegato di tutti gli animali quadrupedi è pessimo cibo, perche tardi si digerisca, fattica lo stomaco, e l'aggraua ritardãdo la digestion, ma impastato l'animale cõ fichi secchi, auanti che si mazzi, ma che sia maschio, & giouine è delicatissimo al gusto, dà vn'ottimo nutrimento al corpo, particolarmente sana quei, a cui nel farsi notte manca la vita, tale è quello delle ocche ingrassate con latte, ouero di gallina grassa, ò di porco impastato di fichi secchi, si leua il nocumento del fegato cocendolo bene finche sia consummato il sangue che tiene, & sia cotto con saluia ò lauro, poi sia circondato con la ratta, & si cuoca perfettamente, & sopra si ponga succo di aranci. Li fegati delle galline, ò capponi tengono il principato: il secondo luoco tiene quello del capretto; il terzo quello dell'ocche: il quarto quello de' porci è buon il fegato in ogni tempo, in ogni età, & in ogni complessione, pur che habbi le conditioni sudette.

Fegatò

Polmone. Il Polmone tanto è più facile del fegato, & della milza a digerire, quanto è più raro, ma nutrisce meno, & da nutrimento più flemmatico.

polmone

Core. Hà il core vna sostanza fibrosa, & dura, onde facilmente concuocesi, & digeriscesi, ma condito bene, & ben digesto dà non poco nutrimento, & buono.

Core.

Milza. La milza a molti piace al gusto, per vna

Milza

vn'acerbità, che in se contiene, ma è di cattiuo nutrimẽto, è come recetacolo dell'humor malenconico, fa quelli che l'vsano troppo ne i cibi malenconici, quela del corpo è manco nociua.

Reni. Reni. Le reni sono di fastidioso sapore, e di cattiuo nutrimento, difficili a digerire, massime de gli animali vecchi, ma de gli animali gioueni, & che allatano, come queli di porchetti, e di capretti son megliori.

Troppa. Trippa. La trippa è buona per le persone, che trauagliano, & fatticano assai il corpo, perche è più dura della carne del suo animale è, fredda, e seca nel secõdo grado; gioua a quei che sentono grand'ardore nello stomaco, e nel ventre, perche genera humori frigidi, nuoce a quei che patiscono le varici, la lepra, & altri mali malenconici; la migliore è quella dell'animale grasso morto nella sua bella età, ben pascolato netto, e grassa, e sia cotta molto bene, e per lũgo tempo in brodo grasso, e lessa con menta, e spetie assai, e non è buona se non in tempi freddi per i giouani, e per quei che son di calda complessione, e ch'hanno lo stomaco gagliardo, e che molto s'affatticano; il primo luogo tiene quella de i capretti: il secondo di vitella; il terzo delle vacca, e il medemo si può dir de gl'intestini, che si è detto della trippa.

Ale. Ale. L'ale de gli vccelli sono di ottimo nutrimento, perche non hanno superfluità alcuna.

Testi-

Testicoli. La sostanza de i testicoli è simile a quella delle mammelle, danno al corpo ottimo nutrimento, moltiplicãdo lo sperma, & accrescono il coito, quei de i galli impastati, e di polastri, sono soaui al gusto, di ottimo nutrimento, e dice che *tantum nutriunt, quantum ponderant*: quelli d'animali vecchi son di tarda digestione, e grauano alquanto lo stomaco, ma cocendosi prima con vn pulegio montano, e sale, e poi frigendosi con butiro fresco e stufati con sughi acetosi, son manco nociui; conuengonsi ne i tempi freddi, ad ogni età, e complessioni, eccetto a decrepiti, e flemmatici.

Testicoli.

Piedi. Sono i piedi migliori quei dauanti, perche più facilmẽte per la fattica si digeriscono, generano humori viscosi, & grossi, si deuono mãgiare nella prima mensa, i piedi de gli vcelli sono inetti al cibo, ma quei de' capretti, d'agnelli, di vitella ò d'altri animali giouano, che siano di molta fattica, giouano a i colerici, e a chi hà il sangue sottile, fanno dormiee, nutriscono copiosamẽte, saldano le vene rotte sul petto, giouano a i tisici, e eccitano l'appetito, nuocono a quei, che patiscono dolori colici, la podagra, e altri mali delle gionture, e la sciatica, son buoni d'ogni tempo per i gioueni, e per i colerici, ma fanno dãno a i vecchi, e a i podagrosi, ma cocendosi bene allesso, finche sian disfatti, e poi apparecchiensi con aceto, zaffarano, si leua loro ogni maliguità.

Piedi.

BV-

Lac dabit Aerij tibi condimenta Butiri,
Nec mirum è gelido marmore flamma micat.
Pectora demulcet ventremq; doloribus apta,
Non sunt plura gulæ, sed satis ista Coquo.

Butiro. Nomi. Lat. *Butirum.* Ital. *Butiro.*

Qualità. E il butiro caldo, & humido nel principio del primo grado.

Butiro di ricotto. Scelta. Il migliore il fresco, & dolcissimo, e quel di pecora è più lodato: che si caua delle recotte peste bene con acqua tepida, e poi gittata da altro in acqua fresca, che di sopra viene a galla. butiro il quale si mette nella pampane, e tiense a congelare in cantina, fatta ribolir poi quell'acqua, se ne riceua la ricotta, aggiungendoui prima vn poco di sale.

Giouamenti. Purga valentemente, & mangiasi con zuccaro, con mele, per maturare i cattarri grossi, tira fuori le superfluità, che sono raccolte nel petto, e ne i polmoni per freddo, sana l'asma, e la tosse, massime mangiato con mele, e amandole amare, mitiga i dolori, nutrisce assai, e bene.

Nocumenti. Rilassa lo stomaco, & l'indebolisce a chi molto l'vsa, induce la nausea, e dispone alla rogna, e alla lepra.

Lepra. Rimedi. Gli si leua i nocumenti mangiando appresso di quelli cibi confortatiui, stitichi, & astringenti, ouero zuccaro rosato vecchio: è buo-

è buono in ogni tempo,&conferisce a giouenì, & a i vecchi,che purga loro il cattarro, cuocesi per conseruarlo con sale, riserba la sua virtù di aprire, e nettare il petto.

CACIO.

Sic calet antiquus accesces Caseus humet.
Et gelidus nouus est,inter vtrumque placet.
Si nouus impinguat,siccat vettus.attamen ambo,
Et capiti,& stomaco,pectoribusq;nocent.
Mensa ferat medium vel nullum,renibus illis,
Sunt nocui,& iecori nil habet iste boni.

Nomi.Lat.*Casus*.Ital.*Cascio & Cacio.* *Cacio.*

Qualità. E freddo, e humido nel secondo grado il fresco, ma il secco è caldo e secco.

Scelta. il cascio buono è il fresco, fatto di latte temperato, e sia di ottimo pascolo.

Giouamenti. Mollifica, & ingrassa il corpo il fresco, è gratissimo alla bocca, e non nuoce allo stomaco,e di tutti gli altri casci è più digestibile, ma che non sia troppo condensato,e si ha da mangiare quel giorno che si fa il pecorino è il meliore de gli altri, il vecchio fa molti danni, e per questo si mangi in poca quantità che serua per siggillo dello stomaco;perche *Casus est sanus,quem dat auara manus.*

Nocumenti.il vecchio difficilmente si dige-

 risce.

risce, induce la sete, infiamma il sangue, fà la pietra, opila il fegato passa tardi, & offende le reni, massime a chi ha lo stomaco assai debole.

Rimedi. Mangiandosi seco in compagnia noci, mandole, pere, & mele, è manco nociuo; non s ha da vsar troppo; è pasto di dura digestione, e ricerca vn gagliardo stomaco, & si conuiene a gioueni faticanti, & non a i vecchi, & otiosi.

L A T T E.

Dulce sapit subito cur lac putrescit? aquosum est.
Quod præstat? capre post? ouis, inde? Bouis!
Cui nocum? Capiti, putridis, & febribus, oras
Inficit: & neruos, sed bene pectus alit.
Quãdo bibã? primum quam sogis ab vbere somnus
Huic moneo, & motus, mixtaq; & mensa nocet
Tot petis, vnum oro; cur in contraria fertur,
Et modo lac reserat, & modo fluxa tenet.

Latte. Nomi. Lat. Lac. Ital. *Latte.*

Qualità. E humido nel secondo grado, & quanto al caldo è temperato; composto di tre sostanze, l'vna acquosa, detta siero, che è freddo, e humido, nitroso, & solutiuo: la seconda è grossa detta butiro, & è temperata; la terza è grassa, della quale si fa il cascio, e questa è grossa, viscosa, & flemmatica.

Scelta. Il più pregiato latte è l'humano, il se

condo il butiro, il terzo è il pecorino, il quarto e il caprino, e l'vltimo è il bufalino.

Giouamenti. Accresce il ceruello, ingrassa il corpo, gioua a gli ethici, leua l'ardor dell'vrina, nutrisce assai, fa bello il color del corpo, accresce il coito, leua la tosse, allarga il petto, & ristora i conualescenti, & i tisici, beuendone alla quantità di tre oncie, con vn poco di zuccaro dentro, e poi non si mangi nulla, non si beua, non si moua, e non si dorma, finche non sia digerito.

Nocumenti. Nuoce a chi ha la febre, a chi ha doglia di capo, a chi patisce dolori colici, a chi ha male a gli occhi, a i catarrosi, a chi ha la pietra, a gli opilati, a i denti, & alle gengiue.

Rimedi. E manco nociuo se auanti che si beuo vi si ponga dentro vn poco di sale, ò zuccare, ò mele, accioche nello stomaco non si congeli, & si piglia a digiuno. E buono ne i tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & per quei, che hano buono stomaco, & non per i vecchi. *Cōditur.*

CAPI DI LATTE.

Pectoribus confert, vires gerit atque butiri.
Flos lactis, capiti, ventriculoqce nocet

Capi latte.

Nomi. *Sono i capi di latte il fiore del latte, poco dal butiro differēti, & si cauano dopò che il latte è bellito vn poco.*

Qualità. Son caldi, e humidi nel primo grado.

Scelta. I buoni sono i freschissimi, e fatti à fuoco lento, quando si leuan dalla massa del latte.

Giouamenti. Sono pettorali, come il butiro, & aggradeuoli al gusto, & leuano l'asprezza, e siccità dello stomaco.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, anzi sopra nuotano a gli altri cibi, sono di grasso nutrimento, e facilmente fanno vapori che ascendono alla testa.

Rimedi; Sono manco nociui, se si mangiano in poca quantità, e si mangiano con zuccaro, ò mele dopò pasto. E pasto più da gioueni, e colerici, che da vecchi, perche ricercan lo stomaco gagliardo.

GIONCATA.

Ventriculi ardorem extinguit lac nomine iunci,
Atque sitim sedans praua alimenta parit.

Nomi. Lat *Gioncata, da i ginochi, ne i quali si conserua.*

Giōcata.

Qulità. E fredda nel secondo grado, è humida temperatamente.

Scelta. La buona è quella, che è di latte alquale non sia stato leuato il butiro che sia fresco, di ottimo pascolo.

Gio-

Giouamenti. Smorza la sete, & l'ardor dello stomaco a chi l'ha molto caldo, & potente per digerirla.

Nocumenti. Restringe il petto, & perche manda vapori al capo fa tal'hora soffocatione, e sincope, e come ogni latte quagliato & congelato, subito mangiato si putrefa; e se dopò pasto si prende, fa discendere a basso tutto il rimanente del cibo indigesto, e crudo, si digerisce con difficultà, & bisogna hauer gagliardo stomaco; genera vn nutrimento grosso, che fa venir la pietra, fa venir la lienteria, & è cibo da vsarsi ne i tempi molto caldi, è più confor- *Pietra.* me a i gioueni, fra i colerici, che a vecchi.

Rimeei. Si mangi di rado, con zuccaro, per primo pasto.

RICOTTA.

Ventriculo neruisq; receus inimac Recocta est.
Conciliata somnos, sedat & esa sitim.

Nomi. Lat. *Recocta*. Ital. *Ricotta*. *Ricotta.*

Qualita. E fredda, e secca nel primo grado.

Scelta. La buona è quella fatta di ottimo latte, e fresca.

Giouamenti. Gioua a gli huomini di calda complessione, conferisce a chi ha il flusso di humori colerici, smorza la sete, e l'ardor della collera, e prouoca il sonno.

Ricotta salata.

Nocumenti. Nuoce allo stomaco, massime frigido, & indebolisce i nerui, & la salata è peggior della fresca, perche dà cattiuissimo nutrimento, fa venir sete, restringe il ventre, genera ventosità, accresce la renella, & la pietra nelle reni & ne i vasi ordinarij; difficilmente si digerisce.

Renella.

Rimedi. E manco nociua mangiandola molto fresca, & calda in vltima mensa, con molto zuccaro, & in poca quantita: son buone per i gioueni, e per i colerici, & per quei, che s'faticano assai, & se ne puo mangiare d'ogni tempo, se ne caua il butiro, come si è detto nel capitolo del Butiro, la fiorita è megliore assai.

Fiorita.

AVERTIMENTI
Negli vccelli.

Differenza.

LE differenze della natura de gli vccelli si discernono dal tempo dall'età, dal vitto, dal luoco, e dall'aria, & dall'esser castrati Bisogna dunque considerare il

Tempo.

Tempo. perche nel tempo che hanno in amore tanto i domestici, quanto i saluatichi, sono poco atti a i cibi, percioche si estenuano per la fatica, e per la sollecitudine non mangiano, ilche manifesto appare ne i domestiei, che le galline l'inuerno, che vanno in amore si ingrassano assai, si fan tenere; altri vccelli poi sono

no

no megliori la ſtate, nel qual tempo mangiano le biade, altri l'autunno perche mangiano vue, fichi, pomi, bacche, & altre coſe ſimili; altri hanno più grata l'inuerno, come le merle i tordi, le oche ſilueſtre, le grue, e tutti li vccelli aquatici.

Vitto, perche altri ſi nutriſcono di carne, come ſono l'aquile, i nibij, gli auoltori, & altri che hanno l'vnghie adunche, che non ſono riceuute ne'cibi, altri mangiano i vermicelli, & molti viuono di biade, come palumbi, piccioni le tortore, & altri ſimili; in ſomma altri nutriſcono in terra, altri ne i fiumi, altri ne'laghi, e altri nel mare, e non pochi ſe ne ritrouano che ſi paſcono d'herbe, & è da ſapere, che oltre a ciò le carni de gl'vccelli ſilueſtri, ſempre hanno il ſapore di quelle coſe: delle quali ſi paſcono, come di formiche, di vermi di peſci, di loto, e di fango. *Vitto.*

Luoco. Sempre gli vccelli montani ſi preferiſcono a i campeſtri, & a quelli delli ſtagni, paludi, o laghi, che per la varietà de i luoghi ſi variano ancora le carni nell'eſſer ſecche, e vuote d'eſcrementi, facili a digerire, ouero humide, eſcrementitie, e difficili a digerire: oltre a ciò più ſoaue, e più vtile ſi fa l'animal caſtrandolo come appariſce ne i cappoui. *Luoco.*

Età. Perche la carne de gli vccelli gioueni, ſempre è megliore di quella de'vecchi, la quale è dura, ſeccha, fioroſa, dificile a digerire, e di *Età.*

pochissimo nutrimento. Ma veniamo hora alle carni d'vcce 'li particolari, che vengono in uso da'cibi.

ANITRA

Tota tibi aponatur Anas, sed pectora tantum
Et ceruice sapit, cætera redde coquo.

Anltra. Nomi. Lat. *Anas.* ital. *An itra.*

Qualità. E calda, & humida nel secondo grado:

Scelta. La buona è la giouene, grassa, & frolla, & la saluatica:

Giouamenti. La anitra è più calda di tutti gli vccelli domestici. le sue ale, & il fegato son molto lodati, perche danno presto, e buon nutrimento: quando è grassa ingrassa, & molto nutrisce, fa buon colore, & rischiara la voce, accresce lo sperma accende la libidine, e caccia la ventosità, dà fortezza al corpo il fegato de l'anitra è delicatissimo, e molto sano, e sana i flussi hepatiei. E molto lodato il petto dell'anitra, e la ceruice ancora.

Nocumenti. E di dura digestione, & di grosso nutrimento. A quei che sono di calda complessione accende la febre, e gl'infiamma, oltre che questa carne è difficile a digerire, è di cattiuo, & escrementitio nutrimento.

Rime

Rimedi. Sono manco nociue le faluatiche e le gioueni, e che morte due giorni prima si frollino al fereno, e poi si mangiano arroftite piene di herbe odorifere, e fpecie. Le vecchie fon pefime, maffime poi quelle che ftano nelle città, che fi nutrifcono di fãgo e di fporcitie. Le megliori fon quelle che ftanno all'aere libe to, all'acque correnti che fon più grate al palla to, di meglior nutrimento, le falate, & le vecchie fi lafcino a Giudei, che le mangiano di cõtinuo, onde non è marauiglia fe diuentano per il più malenconici, & hanno cattiuo colore, nero, & plumbeo, Si conuengno l'anitre ne i tempi frigidi quei c'hanno lo ftomacho molto cal do, & che fanno molto effercitio.

Coltura.

Giudei.

BECCAFICHI.

Ec capiti, & ftomaco, & ventri Ficedula pingui
Vtilis, ac febrinoxia femper erit.
Si fapit, & calida arefcit Ficedula, quæris.
Cur piper? vt melius fibibis inde coquas,

Nomi. Lat. *Ficedula*. ital. *Beccaficho* perche *mangia i fichi, del qual diffe il Poeta.*

Beccaficho.

Cum me ficcus alat, cum pafcar dulcibus vuis,
Cur potius nomen non dedit mihi;

Queſto nome l'hanno folamente l'autunno mentre mangiano i fichi, & ne gli altri tempi fi chiama

no Melancorici, perche hanno negra la cima della testa, onde si legge quel verso.
Suq; Melancoribus quod mihi suscius apex.

Qualità. Sono i beccafichi calidi, & humidi nel primo grado.

Scelta. I megliori sono i grassi, nel tempo che si nutriscono di fichi, e dell'vua, ben maturi.

Giouamenti. Sono nelle tauolle de i Signori molto stimati, perche sono al gusto delicati, si digeriscono facilmente, & nutriscono valorosamente, Danno ottimo nutrimento, non grauano lo stomaco, anzi lo confortano, lo ristorano, & lor forticano, risuegliano l'appetito, massime a'conualescenti, sono cordiali, generano spiriti vitali, per questo fanno stare allegri quelli, che li mangiano.

Conualescenti.

Nocumenti. Non son buoni à i febricitanti, perche facilmente per la gentil sostanza loro si conuertono in quell'humori putridi, che ritrouano nello stomaco.

Febricitanti.

Rimedi. Si cuocano i beccafichi grassi, con fette sottili di lardo, & frondi di saluia, ouero si cuocano in becchieri larghi senza piedi, mettendo prima vn strato di fior di lardo, mescolato con sale, & fior di finoccio, & sopra ponendo i beccafichi ben neti, gettandoli sopra della mistura medesima, & poi coperto il bicchiero con carta bianca bagnata si metta sopra la cenere calda & si cuocano, ouero si riuoltino con la

Cottura.

medesi-

medesima mistura nella pampine, & si cuocano sotto la cenera.

C A P P O N E.

Cit puer falso Cibile .pro nomine panas.
Exigat, & posito sit ti bi teste Capus.
Sibe ne pinguis. sic iam dormire licebit.
Et pariet Raucæ fercula plura gulæ.

Nomi. Lat. *Capus*. Ital. *Cappone, & Gallo castrato.* *Cappo*

Qualità. E il cappone temperato in tutte le qualità.

Scelta. Il meliore è il giouane, grasso, ben pasciuto, & alleuato alla campagna aperta.

Giouamenti. Dà megliore nutrimento, che tutti gl'altri cibi, nutrisce molto, accresce il coito, & si preferisce a tutti le altre carni, perche genera perfetto sangue, & agguaglia tutti gli humori, fa buon ceruello, eccita l'appetito, si conuiene a tutte le complessioni, gioua alla vista, mortifica il calore naturale, ma non bisona che sia troppo grasso. *Vista,*

Nocumenti. Nuoce alle persone ociose il mãgiarne molto, per la gran copia di sangue che genera, & per questo fa venir le podagre, al qual male sono i capponi medesimi sottoposti *poda*

Rimedi. bisogna mangiarne poco, & fare molto essercitio, è buono a tutti i tempi, a tute

le

risce, induce la sete, infiamma il sangue, fa la pietra, opila il fegato passa tardi, & offende le reni, massime a chi ha lo stomaco assai debole.
Rimedi. Mangiandosi seco in compagnia noci, mandole, pere, & mele, è manco nociuo; non s ha da vsar troppo; è pasto di dura digestione, e ricerca vn gagliardo stomaco, & si conuiene a gioueni faticanti, & non a i vecchi, & otiosi.

LATTE.

Dulce sapit subito cur lac putrescit? aquosum est.
Quod præstat? capre post? ouis, inde? Bouis.
Cui nocuum? Capiti, putridis, & febribus, orat
Inficit: & neruos, sed bene pectus alit.
Quãdo bibã? primum quam sogis ab vbere somnus
Huic moneo, & matus, mixtaq; & mensa nocet
Tot petis, vnum oro; cur in contraria fertur,
Et modo lac reserat, & modo fluxa tenet.

Latte. Nomi. Lat. Lac. Ital. *Latte.*
Qualità. E humido nel secondo grado, & quanto al caldo è temperato; composto di tre sostanze, l'vna acquosa, detta siero, che è freddo, e humido, nitroso, & solutiuo: la seconda è grossa detta butiro, & è temperata; la terza è grassa, della quale si fa il cascio, e questa è grossa, viscosa, & flemmatica.
Scelta. Il più pregiato latte è l'humano, il se

condo il butiro, il terzo è il pecorino, il quarto e il caprino, e l' vltimo è il bufalino.

Giouamenti. Accresce il ceruello, ingrassa il corpo, gioua a gli ethici, leua l'ardor dell'vrina nutrisce assai, fa bello il color del corpo, accresce il coito, leua la tosse, allarga il petto, & ristora i conualescenti, & i tisici, beuendone alla quantità di tre oncie, con vn poco di zuccaro dentro, e poi non si mangi nulla, non si beua, non si moua, e non si dorma, finche non sia digerito.

Nocumenti. Nuoce a chi ha la febre, a chi ha doglia di capo, a chi patisce dolori colici, a chi ha male a gli occhi, a i catarrosi, a chi ha la pietra, a gli opilati, a i denti, & alle gengiue.

Rimedi. E manco nociuo se auanti che si beuo vi si ponga dentro vn poco di sale, ò zuccare, ò mele, accioche nello stomaco non si congeli, & si piglia a digiuno. E buono ne i tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & per quei, che hano buono stomaco, & non per i vecchi. *Cõditur*

CAPI DI LATTE.

Pectoribus confert, vires gerit atque butiri.
Flos lactis, capiti, ventriculoqce nocet

Capi latte.

Nomi. *Sono i capi di latte il fiore del latte, poco dal butiro differẽti, & si cauano dopò che il latte è bellito vn poco.*

Qualità. Son caldi, e humidi nel primo grado.

Scelta. I buoni sono i freschissimi, e fatti à fuoco lento, quando si leuan dalla massa del latte.

Giouamenti. Sono pettorali, come il butiro, & aggradeuoli al gusto, & leuano l'asprezza, e siccità dello stomaco.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, anzi sopra nuotano a gli altri cibi, sono di grasso nutrimento, e facilmente fanno vapori che ascendono alla testa.

Rimedi; Sono manco nociui, se si mangiano in poca quantità, e si mangiano con zuccaro, ò mele dopò pasto. E pasto più da giouení, e colerici, che da vecchi, perche ricercan lo stomaco gagliardo.

G I O N C A T A.

Ventriculi ardorem extinguit lac nomine iunci,
Atque sitim sedans praua alimenta parit.

Nomi. Lat *Gioncata, da i ginochi, ne i quali si conserua.* *Giõcata.*

Qulità. E fredda nel secondo grado, è humida temperatamente.

Scelta. La buona è quella, che è di latte al quale non sia stato leuato il butiro che sia fresco, di ottimo pascolo.

Gio-

Giouamenti. Smorza la sete,& l'ardor dello stomaco a chi l'ha molto caldo, & potente per digerirla.

Nocumenti. Restringe il petto, & perche manda vapori al capo fa tal'hora soffocatione, e sincope, e come ogni latte quagliato & congelato, subito mangiato si putrefa; e se dopò pasto si prende, fa discendere a basso tutto il rimanente del cibo indigesto, e crudo, si digerisce con difficultà, & bisogna hauer gagliardo stomaco; genera vn nutrimento grosso, che fa venir la pietra, fa venir la lienteria, & è cibo da vsarsi ne i tempi molto caldi, è più conforme a i gioueni, & a i colerici, che a vecchi. *Pietra*

Rimedi. Si mangi di rado, con zuccaro, per primo pasto.

RICOTTA.

Ventriculo neruisq; receus inimac. Recocta est.
Conciliata somnos, sed atq; refa sitim.

Nomi. Lat. *Recocta*. Ital. *Ricotta*. *Ricotta.*

Qualita. E fredda, e secca nel primo grado.

Scelta. La buona è quella fatta di ottimo latte, e fresca.

Giouamenti. Gioua a gli huomini di calda complessione, conferisce a chi ha il flusso di humori colerici, smorza la sete, e l'ardor della collera, e prouoca il sonno.

Nocumenti. Nuoce allo ſtomaco, maſſime frigido, & indeboliſce i nerui, & la ſalata è peggior della freſca, perche dà cattiuiſſimo nutrimento, fa venir ſete, reſtringe il ventre, genera ventoſità, accreſce la renella, & la pietra nelle reni & ne i vaſi ordinarij; difficilmente ſi digeriſce.

Ricotta ſalata. *Renella.*

Rimedi. E manco nociua mangiandola molto freſca, & calda in vltima menſa, con molto zuccaro, & in poca quantita: ſon buone per i giouenì, e per i colerici, & per quei, che faticano aſſai, & ſe ne può mangiare d'ogni tempo, ſe ne caua il butiro, come ſi è detto nel capitolo del Butiro, la fiorita è megliore aſſai.

Fiorita.

AVERTIMENTI
Negli vccelli.

LE differenze della natura de gli vccelli ſi diſcernono dal tempo dall'età, dal vitto, dal luocò, e dall'aria, & dall'eſſer caſtrati Biſogna dunque conſiderare il

Differenza.

Tempo. perche nel tempo che hanno in amore tanto i domeſtici, quanto i ſaluatichi, ſono poco atti a i cibi, percioche ſi eſtenuano per la fatica, e per la ſollecitudine non mangiano, ilche manifeſto appare ne i domeſtiei, che le galline l'inuerno, che vanno in amore ſi ingraſſano aſſai, ſi fan tenere; altri vccelli poi ſono

Tempo.

no

no megliori la ſtate, nel qual tempo mangiano le biade, altri l'autunno perche mangiano vue, fichi, pomi, bacche, & altre coſe ſimili; altri hanno più grata l'inuerno, come le merle i tordi, le oche ſilueſtre, le grue, e tutti li vccelli aquatici.

Vitto. Vitto, perche altri ſi nutriſcono di carne, come ſono l'aquile, i nibij, gli auoltori, & altri che hanno l'vnghie adunche, che non ſono riceuute ne' cibi, altri mangiano i vermicelli, & molti viuono di biade, come palumbi, piccioni le tortore, & altri ſimili: in ſomma altri nutriſcono in terra, altri ne i fiumi, altri ne' laghi, e altri nel mare, e non pochi ſe ne ritrouano che ſi paſcono d'herbe, & è da ſapere, che oltre a ciò le carni de gl'vccelli ſilueſtri, ſempre hanno il ſapore di quelle coſe: delle quali ſi paſcono, come di formiche, di vermi di peſci, di loto, e di fango.

Luoco. Luoco. Sempre gli vccelli montani ſi preferiſcono a i campeſtri, & a quelli delli ſtagni, paludi, o laghi, che per la varietà de i luoghi ſi variano ancora le carni nell'eſſer ſecche, e vuote d'eſcrementi, facili a digerire, ouero humide, eſcrementitie, e difficili a digerire: oltre a ciò più ſoaue, e più vtile ſi fa l'animal caſtrandolo come appariſce ne i cappoui.

Età. Età. Perche la carne de gli vccelli gioueni, ſempre è megliore di quella de' vecchi, la quale è dura, ſecca, fioroſa, dificile a digerire, e di

pochiſſimo nutrimento. Ma veniamo hora alle carni d'vcce'lli particolari, che vengono in uſo da' cibi.

ANITRA

Tota tibi aponatur Anas, ſed pectora tantum,
Et ceruice ſapit, cætera redde coquo.

Anitra. Nomi. Lat. *Anas.* ital. *Anitra.*

Qualità. E calda, & humida nel ſecondo grado.

Scelta. La buona è la giouene, graſſa, & frolla, & la ſaluatica.

Giouamenti. La anitra è più calda di tutti gli vccelli domeſtici. le ſue ale, & il fegato ſon molto lodati, perche danno preſto, e buon nutrimento: quando è graſſa ingraſſa, & molto nutriſce, fa buon colore, & riſchiara la voce, accreſce lo ſperma accende la libidine, e caccia la ventoſità, dà fortezza al corpo il fegato de l'anitra è delicatiſſimo, e molto ſano, e ſana i fluſſi hepatici. E molto lodato il petto dell'anitra, e la ceruice ancora.

Nocumenti. E di dura digeſtione, & di groſſo nutrimento. A quei che ſono di calda compleſſione accende la febre, e gl'infiamma, oltre che queſta carne è difficile a digerire, è di cattiuo, & eſcrementitio nutrimento.

Rime

rimedi; Sono manco nociue le saluatiche
gioueni, e che morte due giorni prima si
lino al sereno, e poi si mangiano arrostite
ne di herbe odorifere, e specie. Le vecchie
pessime, massime poi quelle che stano nel- *Coltura.*
ittà, che si nutriscono di fago e di sporcitie.
megliori son quelle che stanno all'aere libe
all'acque correnti che son più grate al palla
di meglior nutrimento, le salate, & le vec-
e si lascino a Giudei, che le mangiano di cō-
no, onde non è marauiglia se diuentano per *Giudei.*
iù malenconici, & hanno cattiuo colore, ne-
& plumbeo, Si conuengno l'anitre ne i tem-
rigidi quei c'hanno lo stomacho molto cal
& che fanno molto essercitio.

BECCAFICHI.

apiti, & stomaco, & ventri Ficedula pingui
tilis, ac febrinoxia semper erit.
tpit, & calida arescit Ficedula, quæris.
Cur piper? vt melius sibibis inde coquas,

Nomi. Lat. *Ficedula.* ital. *Beccaficho perche*
ngia i fichi, del qual disse il Poeta. *Beccaficho.*
Cum me ficcus alat, cum pascar dulcibus vuis,
Cur potius nomen non dedit mihi;
Questo nome l'hanno solamente l'autunno men-
mangiano i fichi, & ne gli altri tempi si chiama

no Melancorici, perche hanno negra la cima della testa, onde si legge quel verso.
Suq; Melancoribus quod mihi suscius apex.

Qualità. Sono i beccafichi calidi, & humidi nel primo grado.

Scelta. I megliori sono i grassi, nel tempo che si nutriscono di fichi, e dell'vua, ben maturi.

Giouamenti. Sono nelle tauolle de i Signori molto stimati, perche sono al gusto delicati, si digeriscono facilmente, & nutriscono valorosamente, Danno ottimo nutrimento, non grauano lo stomaco, anzi lo confortano, lo ristorano, & lor forticano, risuegliano l'appetito, massime a'conualescenti, sono cordiali, generano spiriti vitali, per questo fanno stare allegri quelli, che li mangiano.

Conualescenti.

Nocumenti. Non son buoni à i febricitanti, perche facilmente per la gentil sostanza loro si conuertono in quell'humori putridi, che ritrouano nello stomaco.

Febricitanti.

Rimedi. Si cuocano i beccafichi grassi, con fette sottili di lardo, & frondi di saluia, ouero si cuocano in becchieri larghi senza piedi, mettendo prima vn strato di fior di lardo, mescolato con sale, & fior di finoccio, & sopra ponendo i beccafichi ben neti, gettandoli sopra della mistura medesima, & poi coperto il bicchiero con carta bianca bagnata si metta sopra la cenere calda & si cuocano, ouero si riuoltino con la medesi-

Cottura.

desima mistura nella pampine, & si cuoca-
sotto la cenera.

CAPPONE.

t puer falso Cibile.pro nomine panas.
Exigat,& posito sit ti bi teste Capus.
che ne pinguis.sic iam dormire licebit.
Et pariet Raucæ fercula plura gulæ.

Nomi.Lat.*Capus*. Ital.*Cappone,& Gallo ca.* *Cappon*
ato.

Qualità.E il cappone temperato in tutte le
ualità.

Scelta. Il meliore è il giouane, grasso, ben
asciuto, & alleuato alla campagna aperta.

Giouamenti. Dà megliore nutrimento,che
utti gl'altri cibi,nutrisce molto,accresce il coi
, & si preferisce a tutti le altre carni, perche
enera perfetto sangue, & agguaglia tutti gli
umori, fa buon ceruello, eccita l'appetito,si
onuiene a tutte le complessioni,gioua alla vi *Vista,*
a,mortifica il calore naturale,ma non bisona
e sia troppo grasso.

Nocumenti.Nuoce alle persone ociose il mã-
iarne molto, per la gran copia di sangue che
enera, & per questo fa venir le podagre, al *poda*
ual male sono i capponi medesimi sottoposti

Rimedi. bisogna mangiarne poco, & fare
olto essercitio,è buono a tutti i tempi,a tute
le

per mancamento de spiriti visiui, e giouano al tremore di tutto il corpo, e accrescon le forze.

Nocumenti. Offendono le complessioni calide, accendono il sangue, onde non si conuengono a febricitanti Grauano la testa, e specialmente le teste loro, & infiammano il sangue, e molto maggiormēte ciò fanno i siluestri, i quali sono di difficile digestione, come sono anche i casalenghi, i quali generano la schirantia, e fan venir la febre.

Piccio casalenghi.

Rimedi. Leuandosi loro la testa son manco nociui, e parimente cocendosi in brodo grasso, e fati con agresta, prugne, guisciole, o con aceto, e coriandoli, Son buoni l'inuerno per i vecchi, e per i flemmatici.

F A G I A N O.

asida iā vehat Argos auem, quassata retardat,
Debuerat primo discubuisce thoro.
t leuis stomacho est, suaues imitata tempores.
Non volet in mensas rustica turba tuas.
c sicca est, Volucrū primi huic debētur honores
Nec male, eum fuerit Regius ante puer.

Nomi. Lat. *Phasianus.* Ital. *Fagiano, & Fasano perche fasano: chiamasi cosi da Phase fiume di colchi, perche iui, è gran moltitudine di questi vcelli.*

Fagiano

Qua-

Qualità. E la carne del fagiano temperata in tutte le qualità, & è mezana tra quella della pernice,& del cappone.

Scelta. I megliori fagiani sono i gioueni,grasi,& in caccia.

Giouamenti. La sua carne è temperata,alla natura humana conuenientissima,& è cibo da Prencipi,& gran Signori, conforta,'e corrobora lo stomaco è di gran nutrimento,ingrassa,& i macilenti,& estenuati con questo cibo,subito si risano, & cosi gli ethici, & tisici, & conualescenti & accresce, & vigore tutte le virtù,& da questo cibo non si genera souerchia humidita; la carne del fagiano in somma è miglior di quella de'polli, perche è più secca per l'aria; per il nutrimento, e per l'essercitio maggiore che fa.

Nocumenti. Il seuerchio vso de i fagiani,fa venir le podagre, ma perche i fagiani non dan solido nutrimento, ma generano sangue sottile, per questo non è cibo conueniente a contadini, nè a quelli, che s'affaticano assai, che a questi si conuengono cibi grossi,& viscosi.

podagre.

Rimedi. Bisogna mangiarne moderatamente, e farne parte a'Medici. è buono il fagiano l'autunno,& l'inuerno per tutte l'etadi,&complessioni delicate.

GAL-

Gallina cibus nulli bonitate secunda.
Si Vespertinus subito te oppresserit hufps.
c gallina,malum,respånset dura palato,
Doctus eris vinam,musto mersare flerno
ec teneram faciet.

Nomi.Lat.*Gallina* .Ital.*Gallina.*

Gallina.

Qualità.La carne della gallina è temperata tutte le qualità.

Scelta. La negra è la megliore con la cresta uata,& doppia, col pizzo rosso,& sia grassa giouene,e che non habbia ancora fatto oua, le saluatiche son le migliori.

Gallina magra

Giouamenti. Dà al corpo humano gran nutrimento,facilmente si digerisce;quãdo è frol- ;entra buon sangue,& essendo carne tempea, non si conuerte in collera ne in flemma. genera buon sangue, e restaura l'appetito, ;resce l'intelletto,chiarifica la voce,e ha mi-il proprietà nel tẽperare le cõplessioni humane:il medesimo fanno pollastri,che nõ habo cominciato a cãtar,ne a mõtar le gall ne, i lor testicoli son di nurrimẽto grandissimo ındo son grossi facilmente si digeriscono, e onuengono in ogni tempo, & in ogni età, ssime la state i pollastri cotti con agresta.

Gallin seluatiche.

Nocumenti. Le galline vecchie difficilmen- digeriscono.

Rimedi. Bisogna frolarle, il che si fà presto

affocandole viue con vino, facendo bollir con loro vn rametto di fico ò vna noce dentro.

GALLO.

Est vigil excubitor Gallus, Timuere leones.
Quem Lybici huic [illegible] cca est, & male grata caro.
Maxima testiculis positis tibi gloria Galle,
Smno alto, Veneri gratus est, & Cybeli

Gallo. Nomi. Lat. *Gallus*. Ital. *Gallo*.

Qualità. La carne del gallo è più calida di quella delle galline, & più secca, è nitrosa.

Scelta. Per medicina s'eleggano i galli vecchi.

Giouamenti. Sono vtili più per medicina, che per cibo, percioche il lor brodo beuuto dissolue la ventosità, & gioua a quei che patiscono dolori colici, muoue il corpo, prouoca venere, & il sono.

Nocumenti. Ha carne dura, & difficile a concuocersi.

Rimedi. Bisogna frollarli bene.

GALLO D'INDIA.

Galli Africani impugnant, gignuntq; podagras.
Illorum tamen est optima mensa caro.

Gallo d' India. Nomi Lat. *Gallus Africanus*. Ital. *Gallo d' India*,

, *se ben furon portati in Italia, non dall'India dall'Africa, per cibo de Principi.*

Qualità. E caldo; & humido nel secondo do.

Scelta. I miglior galli d'India sono i gioue- & quelli che sono ingrassati alla compagna, ti d'inuerno, & fatti frolli all'aria della te.

Giouamenti. Di sapore, e di bontà, e di nu- ento non cedono i polli d'India a' polli no ni, anzi la lor carne è ottima, candidissi- e supera tutte l'altre nell'esser grata al gu- e nell'esser sana, percioche e più facile a di rsi; di miglior nutrimento, e di minore su- luita, & genera ottimo sangue, pur che sia frolla, e ben cotta arrostita, cotta in forno a cotta a lesso, ristaura i deboli & i conua- nti, accresse lo sperma, & inuita al coito

ocumenti. Nuoce a chi non si essercita, venir catarri, & podagre

imedi. Bisogna mangiarne di rado, e in quantità, e arrostito con specie. Podagra

LODOLA.

G Galeata mihi est præpinquis Aluda
: breuior, ne sit cœna molesta mihi;
r aluus erit, sed ius dabit ilia solens.
male quod nocui, sponte iuuare solet.

'alan- ra Lo- ola, Nomi. Lat. *Aluada, & Galerita*. Ital *La maggior si chiama Calandra, che il capello in testa, & la minore Lodola, senza cresta, & picciola.*

Qualità. Sono calide, e temperatamente humide.

Scelta. La megliori sono le minori, massime quando son grasse.

Giouamenti. Le lodole, che l'autunno se ne trouano in grandissima copia, e parimente l'inuerno che sono grasse, danno buon nutrimento eccitano arrosti l'appetito, facilmente si digeriscono, massime arrostite con saluia, e lardo, ò lesse con diuersi condimenti, ma bisogna che sian ben cotte, grasse, e gioueni, son buone l'autunno, e l'inuerno à tutte le complessioni, e la galerita galerita lessa in brodo, gioua alli dolori colici, e al medesimo vale la sua cenere.

Nocumenti. E questo vcello senza nocumento alcuno eccetto che i vecchi difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Questi vccelli vecchi bisogna mangiarsi ben conditi, e siano freschi. Pelati si conseruano nella farina

MERLI.

Si mihi pingu is erit Merulus, tua gloria cedat
Tude, salutiferos vult mea mensa cibos.
Igneus ardor inest maior tibi, sistitis ambo,

Tu

u grauior redolens ni tibi bacca fauet.
imen aucupijs, laqueo vel rete latenti,
alletis, inde mihi non minus ipse places.

Iomi. Lat. *Merulus. & Merula.* ital. *Merlo, &* *merle.*

Qualità, Sono i merli, e le merle calde, e sec· nel principio del secondo grado; come i i.

Scelta. Li megliori sono i grassi, e presi ne pi molto freddi.

Giouamenti. Tanto i bianchi, come i negri, iscono assai, quando son gioueni, & grassi, ti stimano che la lor carne sia meghore di la de i tordi, ma s'ingannano manifestamē percioche quella de i tordi è più suaue, anzi mancano di quelli che hanno in odio i mer erche si nutriscono di vermi, e di locuste.

Nocumenti. Sono difficili a digerire, & la carne è dura a digerire, massime quando vecchi, e nuocono a i vecchi, & a quelli che scono omicranea, & frenesia.

Rimedi. Son manco nociui cocendosi in bro a buona carne, stufati con petrosemolo, tre herbe apetitiue.

O C H A

Ser Anasq tibi si plena domestica suceo,
validi es stomachi rustica nimis.

Anseribus magis ardet Anas, præstantior alis,
Est cibus, hæc prosunt vocibus, veneri.

Nomi. Lat. *Anser*. Ital. *Ocha, & Papero.*

Qualità E caldo nel primo grado, & humida nel secondo; i paperi son più caldi, & humidi.

Scelta. I paperi son li migliori, ma grassi, alleuati alla campagnia, & vicino all'acque; le meglior parti son il fegato, e l'ale.

Giouamenti. La carne dell'oche giouani da buon nutrimento, & ingrassa quei che son magri, e macilenti. pasciute l'oche di latte, fanno il fegato molto giocondo; che nutrisce assai, si digerisce ben, e di ottimo nutrimento; la palma de' piedi dell'oche arrostita, e cotta e in tegame con creste di gallo; sono al gusto gratissimo. la carne dell'oche accresce lo sperma, accende la libidine, e fà la voce più acuta, & più chiara, sono l'oche vtili per molti rispetti; cioè per la piuma, per la carne, e per lo sterco, e per il grasso.

Nocumenti. E la carne dell'ocha difficile a digerire, ha molte superfluità, è più calda, che quella dei colombi, e per questo non si conuiene a febricitanti, massime quella dell'oche vecchie: che de i paperi è manco nociua: gli Hebrei ne mangiano assai, & però son malenconici, e scoloriti. Hebrei.

Rimedi. Si leua il nocumento delle vecchie,

les-

ndole bene, & i gioueni arrostendoli con
e odorate, e specie, l'oche siluestri son me-
ri delle domestiche, si conuengono l'inuer-
quei ch'hanno lo stomaco molto gagliar-
che fanno molto esercitio, onde la vecchi
sono molto conueninte, massime la state.

O V A.

n alit, & recreat, coitumq: & semen adauget,
mper nata modo si sapit, oua bibe.
ida sunt celerisq; cibi, flammaq; tepentis,
t dura, time, nec diuturna vores.
ia pectus alunt, tussim sedantia, raucis.
ocibus apta nimis, gaudia noctis agunt.
stomaco mulcent, renes, iecur optima ventri,
essicam mira sedulitate fouent.
bona, sed facile, & subito tamē oua putrescūt
c nihil ex omni parte iuuare potest. **Oua.**

omi. Lat. *Oua.* Ital. *Oua*
ualità. son calide, e humide temperata-
te, perche il bianco è freddo, & il rosso è
o, e tutti due hanno dell'humido.
elta. Quelle delle galline grasse, pasciu-
grano, e che son calcate da'galli, & nate
he sono le migliori, e dopò quelle de'fa-
i, ma quelle dell'oche, & dell'anatre sono
ue, perche hanno graue odore, & difficil.

mente si digeriscono, & per queste si eleggano di galline giouени. & siano picciole,& lunghe, &fresche, picciole, perche vengono da animale giouene, e grasso, lunghe, perche dimostrano la fortezza del calore, e per questo, a questo proposito si dice questo distico.

Regula Doctorem debet pro legne teneri,
Quod bona sint oua, paruula, longa noua.

Giouamenti. Nutriscouo molto, e presto prouocano il sonno, onde son molto conueniẽti a i vecchi,& a i conualescenti, eccitano il coito, accrescono lo sperma, giouano a tisici, allargano il petto, rischiaran la voce, massime le sorbili, & le tremule, beuute con vn granello di sale, quelle che si chiamano sperdute, sono megliori mangiate con sale, con specie & agresto, perche bollite col guscio loro, si prohibisce la esalatione de'lor vapori, le dure difficilmente si digeriscono, ma di tutte le fritte son più difficili.

Nocumenti. Tardano la digestione, se appresso loro si mangiano subito altri cibi, si conuertono facilmente in quelli humori, che ritrouano nello stomaco, le dure son difficili, a digerire, e fanno venir le lentigini nella faccia.

Rimedi. Si mangiano le fresche, e si mangi solamente il rosso, e tra l'oua,& altri cibi si ponga qualche interuallo di tempo, e non si mangiano mai col pesce.

PAS-

let & est mollis Paßer, durissimus aluo.
i vir esse fallax, huc cereb ella dabit,
negat? huic sub tam sunt adducentia mortem,
,Venus Solas in modo perdis aues.

Nomi. Latin. *Passer*: Ital. *Passero.*

Qualita. E più calido di tutti gl'altri vccel- *Passere.*
è la sua carne secca, e però essendo cali-
imo, è tenuto lussurioso, e per questo non
cono l'anno i passeri.

Scelta. Si ellegano i passeroti nati nelle tor-
ne i monti, nel tempo dell'autunno, che si
ono di vue, e grani, & sono più grassi & ac-
tano buon succo, ne sono tanto lussuriosi, il
er solitario è migliore.

Giouamenti. I paserotti danno buon nutri-
o, & aiutano il coito il palsero trocloditide
nirabil virtù contra le pietre delle reni, e *Passaro troclo ditide.*
a vessica.

Nocumenti. Sono i paseri ingrati al gusto
la troppo siccità loro, difficilmente si dige-
ono, infiamano, e generano cattiuo nutri-
ito, cioè colerico, & malenconico, & ecci-
o la libidine.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quan-
, e le femine, & i paserotti, e l'autunno,
sono nutriti d'vua, e di grani.

Cui bene seruatæ nocuit custodia vaccæ.
Ignea cui flamma est, cui cæro lento putret,
Qui licet oblectet, sitq; in regalibus ingens,
Delitium, pigre nec leuis ille dapis.
Si tamen ante alios, & Pauonem, hortensius, edit,
Sic auis emeruit dura salaxq; Venus

Pauone.

Nomi. Lat. *Pauo.* Ital. *Pauone*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scelta. Il meliore è quello, che è alleuato in buona aria, e sia giouene, e frollo.

Giouamenti. Nutrisce assai, massime quei c'hanno lo stomaco caldo, & che si essercitano.

Nocumenti. Sono di dura, e tarda digestione, generano sangue malenconico, e dan cattiuo nutrimento, nuocendo a chi viue in continuo otio. Sono questi animali dannosi a gli horti, & a i tetti.

Pauone anno.

Rimedi. Si mangiano i goueni, e che siano ben frolli, e che siano stati per alquanti giorni appesi per il collo con vn gran peso a' piedi l'inuerno al sereno, arrostiti con garofani & altre cose simili.

PERDICE.

Obfuit ingenium Perdici, effrena libide.
Pernecet, Aucupium ni modo fallat auis,

Grata

Grata te pescenti stomachum siccata liquore.
Cor tumidumq; potest prima fouere iecur.
Si timet excelsos cum sit leuis illa, volatus.
Palladia casus seruat ab arce suos.

Nomi. Lat. *Perdix.* Ital. *Perdice*, & *Starna montana*, che ha il becco rosso.

Perdice.

Qualità. E calda nel primo grado, & secca nel secondo.

Scelta. Il migliore è il giouene, e maschio, chiamato pernicone.

Giouamenti. Genera buono, & sottil nutrimento, presto si digerisce, ingrassa, dissecca la humidità dello stomaco, e conferisce a conualescenti; è ottima, e lodata più della gallina: accresce il coito, e non lascia far corrucione nello stomaco, conferisce mirabilmente à quei c'hanno il mal Francese, il fegato gioua al mal caduco, mangiato vn'anno continuo, hauendo però la licentia da chi si conuiene.

Mal Francese

Nocumenti. Le vecchie son di durissima carne, & di cattiuo sapore: nuocono a i malenconici, & restringon il corpo.

Rimedi. Non si mangino se non giouenette, & le vecchie si frollino l'inuerno al sereno della notte.

STARNA.

Externa est volucris quæ vulgo Starna vocatur
Cit Veneren, huic cedit Gullica di ratues.

Nomi.

Nomi.Lat.*Externa*..Ital.*Starna*.

Qualità . E la ſua carne temperata.

Starna. Scelta.Le migliori ſono le giouani, e le frolle al ſereno.

Giouamenti. E la ſua carne ſimile à quella della pernice, di buon nutrimento, & dicono che guariſce il mal Franceſe, ſeguitando per vn'anno mangiar ogni di vna ſtarna,& non altro, hauendone però debita licenza da chi ſi conuiene.

Mal Franceſe.

Nocumenti.Le vecchie ſon difficili a digerire,e generano cattiuo, e malenconico humore.

Rimedi. Si mangiano le giouene, e le frolle, e ben condite.

Q V A G L I A.

Sint autem nales croceo tibi pabula tumbo,
Siue Conturnices, vocas Qualeas.
Senſibus hæc mala ſunt,tenebriſq; replentia fuſcis
Ventri inuiſa malis febribus exitium.
Si tamen illa tuos circumuoli pauerit orbes.
Cœna tibi non ſit, ſed leue prandiolum

Nomi.Lat.*Cotornix*.Ital.*Quaglia*.

Quaglia. Qualità E calda nel primo, & humida nel ſecondo grado.

Scelta. Si eleggano quelle, che ſian nudrite in luoghi doue nó ſia l'elleboro,che ſia preſa da vccelli di rapina, e che ſia graſſa, & ben frolla.

Gioua-

Giouamenti. Gioua a malenconici, che con loro humidità temperano la ficcità di quello more, son di gran nutrimento, e grate al to.

Nocumenti. Si corrompono facilmente, e :parano i corpi alle febri, & generano tremo e spasimo, e mal caduco secondo alcuni, per e questo vccello patisce di questo male quãmque molti dicano, che questo non s'intende lle quaglie; ma d'vn'altro vccello maggiore. ı somma non bisogna vsarle troppo spesso, :rche generano escrementi vitiosi, e prontissimi a putrefarsi, e quelle grasse rilassano lo stomaco, e fanno perdere l'appetito, se adunque lcuno vorra mangiare, elegga le quaglie, iouenì e ben carnose, ma non troppo grasse.

Mal caduco.

Rimedij. Con l'aceto, & col coriandro se gli eua la malignità loro. Bisogna mangiarne di ado, e l'autuno, quando hanno, il gozzo pieno di grano, ò veramento si nutriscono in casa; non si conuengono a'vecchi ne a flemmatici: l'autuno son manco nociue, come s'è detto, che in altra stagion d'anno, & si deuono arrostir con diligenza, ne si deuono condir con lardo, ma con altro grasso come di vitale, ò simile, la state non si mangiano, che all'hora son molto estenuati, nutriscono i lor figliuoli, e per questo accendono facilmente le febri, & fanno ricadere i conualescenti.

Conualescẽti.

STOR-

STORNO.

Storno. *Sturne peregrinas mendices aridus vuas.*
Socratici cœna volumus esse tua.

Nomi.Lat.*Sturnus*.Ital.*Storno*.

Qualità.E caldo,& secco,ma quando è grasso è humido.

Scelta . Si eleggano i gioueni , & i grassi al tempo dell'vua.

Giouamenti. Giouano gli storni,quando sono ben grassi dall'vua,a coloro che sono estenuati, & secchi, che nutriscono assai.

Nocumenti.Quando son magri difficilmente si digeriscono,& generano humori malenconici fuor dall'autunno : sono cattiuo cibo , per che si pascepo di cicuta , ch'è a noi perniciosso veleno

icuta.

Rimedi . Non si mangino se non al tempo dell'vua,laquale è dalli storni marauigliosamēte bramata ,& subito presi si taghi loro la testa.

TORDO.

Inter aues Turdus si quis me iudice certet;
Inter quadrupedes gloria prima.

rdi.

Nomi.Lat.*Turdus*.Ital.*Tordo*.

Qualità . Sono caldi , & secchi nel principio del secondo grado.

Scelta , Si elegghino quelli al tempo dell'inuer-

uerno, che ſiano graſſi, & paſciuti di grani
inepro, e di mortella: la lor carne è di buon
ore, & al guſto gratiſſima maſſime arroſtiti
ſi ſubito, che ſon ſenza cauar loro gl'inte-
i, un cibo laudatiſſimo.

iiauamenti. Danno ſe bene non molto, al-
o buon nutrimento, che facilmente ſi dige-
no, & non ſono ventoſi, maſſime i monta-
no molto conuenienti a i deboli, & a i con-
centi, percioche fanno buon ſangue, pre-
digeriſcono maſſime quelli graſſi.

ocumenti. I vecchi, & i magri difficilmen-
ligeriſcono, genera humori malenconici,
me quei c'han la carne nera, & nuocono
oro che patiſcono emicrania, & freneſia a
iedi. Si mangino i graſſi, giouani, & fre-
rroſtiti con ſaluia, e lardo, ò veramente ſi
no nel brodo di buona carne, ſtufati con
ello vua paſſa, & altre herbe apetitiue.
ioni: ne'tempi freddi, in ogni eta, & com-
one eccetto a i molto vecchi, ſi fuggano
hi, & macilenti, & i negri.

Emicra-nia.

T O R T O R A

bij in Tenere Turturi licet ipſa Mineruæ
a dicata, fugit viduæ hæc conſortia cuncta:
uo gemit, arentique immurmurat vlmo
mandenda recens, ſiſtit, ventrem: fluentem

Con-

Comprimit, adstringit, dissentericisque mi detur.

Tortora. *Postremus meliorq; cibus stomachoq; salubris.*

Nom. Lat. *Turtur*. Ital, *Tortore*.

Qualità. Sono, calide & secche nel secondo grado.

Scelta. Le migliori son le giouen i, e pasciute alquanti giorni in casa, accioche acquistino vn poco di humidità.

Giouamenti. Danno ottimo nutrimento, son di buon sapore, presto si digeriscono, fortificano lo stomaco accrescono il coito, assottigliano l'ingegno: si danno vtilmente arrostite con garofani, e succo d'aranci, ne i flussi, e nella dissenteria.

Nocumenti. Le tortore vecchie nuocono a i colerici, & a i malenconici, perche la lor carne ha in se molta siccità, onde son difficile digestione, & generano sangue malenconico.

Rimedi. si mangino le gioueni, e grasse, tenute in casa a cibare per alquanti giorni di cibi humidi, e si tengano due giorni morte al sereno della notte; son buone nei tempi freddi, per i vecchi, e per flemmatici.

VCCELLETTI MONTANI.

GLi altri vccelli minuti di monti son megliori di quei che stanno in luochi piani in stagni, paludi, e luochi acquosi, e campestri, per

percioche quei che ſtanno ne i monti ſono più calidi, e più ſecchi, & di manco ſuperfluità, onde generano ſangue ſottile, facilmẽte ſi digeriſcono, e ſe ſaranno graſſi daranno laudabile nutrimento, e molte vtile a i conualeſcenti, e certi infermi & all'incontro, quelli vccelletti, che uiuono nell'acqua, difficilmente ſi digeriſcono, danno groſſo nutrimento, percioche hanno la carne piena di molta ſuperfluita. Et queſto baſti per hora hauer detto de gli vccelli, reſta hora, che veniam a i peſci

AVERTIMENTI NEI PESCI.

I peſci riſpetto alle Carni ſono di minor nutrimento, ma groſſo, flemmatico, frigido, e pieno di ſuperfluita, i marini ſono di maggior nutrimento, che gli altri & i ſaſſatili ſono megliori ſono difficili a digerire & i ſegni della indigeſtion loro ſono la ſette, eſſendo che tutti generano, ſete dimorando lungamente nello ſtomaco, alcuna volta ſi corrompono. circa i peſci adunque ſi ſeruino queſte regole.

I. Tu tti i peſci s'hanno da mangiar caldi, e non freddi.

II. Nou biſogna riempirſi troppo di alcuna ſorte di peſci, ma ſe ne deue mangiare minor quantita, che ſi fa delle carni.

III. Non è da vſare molto nè ſpeſſo i peſci e quan-

e quando si vsano si mangino conditi con abisso, finocchio, & spetie, per dissecare in qualche modo l'humiltà loro.

IV. Non si mangino i pesci dopò grande essercitio, ò fatica perche all'hora si corrompono facilmente, nè bisogna mangiarli dopò gli altri cibi, che ha lo stomaco debole, e ripieno di mali humori, nessuna sorte di pesci vsi, e per questo si deuono dare a i conualescenti, & vecchi perche più tosto sminuiscono il calor loro, che l'acrescano.

V. Pesci e la carne alla medesima mensa si prohibiscono, così i pesci, e il latte, ò latticinij perche causano molte cattiue infirmità, nè men si conuengono con l'oua.

VI. I pesci grossi, e viscosi insalati alquanto, sono megliori de i freschi, manco nociui, ma non siano troppo salati; percioche il sale è molto molesto al ceruello. I pesci freschi generano flemma acquosa, mollificano i nerui, e non si conuengono se non a stomaco calido. I maritimi, è vn poco salati non sono tanto humidi, e per questo sono megliori. I salati, e secchi sono di cattiuo nutrimento.

VII. E ancora d'auertire, che quanto l'acqua in cui giocano i pesci è più morbida, e più profonda tanto più prestanti sono i pesci in esse notriti.

VIII. I pesci maritimi sono megliori di quei dell'acque dolci, perche sono più calidi, & per

la

la falsenide dell'acqua, manco humidi. Il nutrimento loro è più propinquo delle carni.

IX. Frà i pesci maritimi, & fluuiatili, sono più laudabili quelli, che stãno in luochi petrosi, dapoi ne gli arenosi, & nell'acque dolci, & chiare, & correnti, doue non siano sporcitie, ma sono cattiui quei pesci, che viuono nel fango, nelli stagni, & nell' acque ferme.

X. Tutti i pesci tanto marini, quanto fluuiatili, li miliori son quelli, che non sono molto grandi, & che non hanno carne dura, ne secca, & ne i quali non è grassezza, non nuccillagine, ne sapore o odore cattiuo, non viscosi, ma fragibili, non presti à corrompersi ma che si mantengano assai, & che non habitino in stagni, ò in luochi sordidi, & che habbino molte squame, & molte spine.

XI. Sono i pesci frigidi, & humidi, & per questo nuocano alle frigide complessioni, & à i nerui, quantumque moltiplichino il latte, & lo sperma, & siano a collerici conuenientissimi.

XII. La migliore cottura, & preparacione de' pesci, e arrostirli sopra i carboni, ò sopra la graticola; il lessarli è il secondo modo: il friggerli è il più cattiuo modo, massime per quelli c'hanno lo stomaco debole. Gl'arrostiti adunque sono migliori de' lessi, & i lessi migliori de fritti, ma è da auertire, che i pesci arostiti, non si deuono coprire, acciò che possano esalare i lor vapori.

Phlematici epulum minime est Anguilla salubre
Huic lentioris enim copia, alitq;nimis.
Fit melior trasfixa veru moxq; ignibus assa,
Vt sit enim aridior sic mage grata gulæ.

Nomi.Lat. *Anguilla*.Ital. *Anguilla*.

Anguil-

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scelta. S'eleggano quelle, che la Primauera si prendono in mare arenoso, & non fangoso, & subito presa sia cota. Quelle dell' acque chiare son le migliori, come qaelle del lago di Bolsena.

Giouamenti. E di delicatissimo sapore, da buon nutrimento, & salate conseruasi lungamente, & diuiene ottima per gli stomachi flemmatici.

Nocumenti. Mangandone troppo offende lo stomaco difficilmente si digerisce, che la sua carne è viscosa, vsandone troppo spesso, & in troppa quantità genera la pietre nelle reni, & nella vessica, fa venir la podagra, & i dolori artetici, offende tutte le viscere. & principalmente nuoce alla testa, massime quelle che nascono nell'acque torbide, le salate nuocono a malenconici, percioche accrescono quell'humore, & in somma chi mangia troppo anguille mette a pericolo della vita.

Anguille pericolose.

Rimedi. Sono mãco nociui quelle che scor-

tica-

ſicate freſche, & ſuenturate, gittata via la teſta, & la coda s'arroſtiſcano con alloro, ſpeſſo aſpergendoui ſopra poluere di zuccaro, fior di farina, & canella. Le ſottili ſi mangino fritte, con pepe, & ſucco di aranzi, & s'auertiſca, che ſiano molto ben cotte.

AGVCCHIA.

Carne Raphis, ſolida, & dura eſt ægreq. domatur,
Coctura, ſucci ſed tamen vſque boni eſt.
Si ſiet ergo ſemel ſtomachum virtute valentem,
E calidum ventrem nacta potenter alet.

Nomi. Lat. *Acus* Ital. *Agucchia.* — *Agucchia.*

Qualità. È difficile a digerire.

Scelta. Quei più graſſi ſono migliori.

Giouamenti. Sono di buon nutrimento, maſſime mangiati fritti queſti peſci, che potentemente nutriſcono.

Nocumenti. È la lor carne dura, & difficilmente ſi digeriſce.

Rimedi. Si mangino fritti con agreſta, ò ſucco d'aranci, o uereamente ſi mangino ſalati, che coſi molti li mangiano crudi col pane.

CALAMARO.

Antiquis abiecta fuit Loligo, probatur
Sed nunc, bonoq; petunt, ſepe probantq; coqui.

Nomi. Lat. *Loglio.* Ital. *Calamaro, perche hà dentro del corpo vna vessica piena d'vn negro liquore, che pare inchiostro, il quale quando hà paura esce fuori, come auenne a gli huomini timidi, che si muoue loro il corpo, & così intorbida l'acqua, & saluasi da i pescatori.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & humido nel secondo.

Scelta. Il migliore è il picciolino, perche è più tenero, & più presto si digerisce, & che non sia preso in mari morti, & sia pregno.

Giouamenti. E delicatissimo al gusto, accresce l'appetito, & è di molto buon nutrimento.

Giouamenti. I grandi difficilmente si digeriscono, & nuocono particolarmente a i paralitici.

Rimedi. Si cuoprono di farina, & si friggono, & aspersi di succo d'aranci, si mangiano in ogni stagione, & in ogni età, pur che non siano grandi. Sono ancora manco nociui, & meglio si digeriscono cotti in acqua, & vino al pari, aggiuntoui olio pepe, sale, & herbe odorifere, ma si cuocano col lor negro liquore, che senza esso son manco soaui.

CAPONE.

Quantumuis mutos pisces Natura creauit.
Coccyx effičta nomina vocis habet.

Est

Est autem dura carnis, ficcaq; nihil q.
Lenti in ea, aut medicum, nil quoque follis inest
At vero gladio parte diffectus in ambas,
Frigitor, & multo gratior esse solet.
Vtq; minus cuculide sint, & in ea re, & vndis,
Viuunt, longe alios terra, frequenter alit.

Nomi. Lat *Cuculus*, & Coccyx. Ital. *Cappone*. *Cappone*

Qualità. E frigido, & humido moderatamente.

Scelta. Il grasso è megliore.

Giouamenti. E pesce molto sano, & di gran nutrimento.

Nocumenti. Ha carne dura, & difficile a digerire.

Rimedi. Fritto, & mangiato con succo d'aranci ouero lesso nell'acqua è più grato.

CARPIONE.

Caprio, Salmonem, & Truttam bonitate videtur
Ingeniti succi, & curue referre sua:

Nomi. Lat. *Caprio*. Ital. *Carpione*. *Carpione*

Qualità. E caldo temperatamente, & humido nel principio del primo grado.

Scelta. I migliori sono i freschi.

Giouamenti. E nobilissimo trà tutti gl'altri pesci, & è tanta la gratia del suo sapere,

STORNO.

torno. *Sturne peregrinas mendices aridus vuas.*
Socratici cæna volumus esse tua.

Nomi. Lat. *Sturnus*. Ital. *Storno*.

Qualità. E caldo, & secco, ma quando è grasso è humido.

Scelta. Si eleggano i gioueni, & i grassi al tempo dell'vua.

Giouamenti. Giouano gli storni, quando sono ben grassi dall'vua, a coloro che sono estenuati, & secchi, che nutriscono assai.

Nocumenti. Quando son magri difficilmente si digeriscono, & generano humori malenconici fuor dall'autunno: sono cattiuo cibo, per che si pasceno di cicuta, ch'è a noi perniciosо veleno *icuta.*

Rimedi. Non si mangino se non al tempo dell'vua, laquale è dalli storni marauigliosamēte bramata, & subito presi si tagli loro la testa.

TORDO.

Inter aues Turdus si quis me iudice certet;
Inter quadrupedes gloria prima. *rdi.*

Nomi. Lat. *Turdus*. Ital. *Tordo*.

Qualità. Sono caldi, & secchi nel principio del secondo grado.

Scelta. Si elegghino quelli al tempo del-

l'inuer-

l'inuerno, che siano grassi, & pasciuti di grani di ginepro, e di mortella: la lor carne è di buon sapore, & al gusto gratissima massime arrostiti grassi subito, che son senza cauar loro gl'intestini, un cibo laudatissimo.

Giauamenti. Danno se bene non molto, almeno buon nutrimento, che facilmente si digeriscono, & non sono ventosi, massime i montani: sono molto conuenienti a i deboli, & a i conualescenti, percioche fanno buon sangue, presto si digeriscono massime quelli grassi,

Nocumenti. I vecchi, & i magri difficilmente si digeriscono, genera humori malenconici, massime quei c'han la carne nera, & nuocono a coloro che patiscono emicrania, & frenesia.

Emicrania.

Rimedi. Si mangino i grassi, giouani, & freschi, arrostiti con saluia, e lardo, ò veramente si cuocano nel brodo di buona carne, stufati con petrosello vua passa, & altre her be apetitiue: son buoni ne' tempi freddi, in ogni eta, & complessione eccetto a i molto vecchi, si fuggano i vecchi, & macilenti, & i negri.

TORTORA

Nos rapij in Tenere Turtur, licet ipsa Mineruæ
Casta dicata, fugit viduæ hæc consortia cuncta;
Perpetuo gemit, arentique immurmurat vlmo
Non mandenda recens, sistit, ventrem fluentem

Con-

Comprimit, adstringit, dissentericisque mi detur.

Tortora. *Postremus meliorq; cibus stomachoq; salubris.*

Nom. Lat. *Turtur.* Ital, *Tortore*.

Qualità. Sono, calide & secche nel secondo grado.

Scelta. Le migliori son le giouen i, e pasciute alquanti giorni in casa, accioche acquistino vn poco di humidità.

Giouamenti. Danno ottimo nutrimento; son di buon sapore, presto si digeriscono, fortificano lo stomaco accrescono il coito, assotti gliano l'ingegno: si danno vtilmente arrostite con garofani, e succo d'aranci, ne i flussi, e nella dissenteria.

Nocumenti. Le tortore vecchie nuocono a i colerici, & a i malenconici, perche la lor carne ha in se molta siccità, onde son difficile digestione, & generano sangue malenconico.

Rimedi. si mangino le gioueni, e grasse, tenute in casa a cibare per alquanti giorni di cibi humidi, e si tengano due giorni morte al sereno della notte; son buone nei tempi freddi, per i vecchi, e per flemmatici.

VCCELLETTI MONTANI.

GLi altri vccelli minuti di monti son megliori di quei che stanno in luochi piani in stagni, paludi, e luochi acquosi, e campestri,

per-

percioche quei che ſtanno ne i monti ſono più calidi, e più ſecchi, & di manco ſuperfluità, onde generano ſangue ſottile, facilmẽte ſi digeriſcono, e ſe ſaranno graſſi daranno laudabile nutrimento, e molte vtile a i conualeſcenti, e certi infermi & all'incontro, quelli vccelletti, che ui uono nell'acqua, difficilmente ſi digeriſcono, danno groſſo nutrimento, percioche hanno la carne piena di molta ſuperfluita. Et queſto baſti per hora hauer detto de gli vccelli, reſta hora, che veniam a i peſci

AVERTIMENTI NEI PESCI.

I peſci riſpetto alle Carni ſono di minor nutrimento, ma groſſo, fiemmatico, frigido, e pieno di ſuperfluita, i marini ſono di maggior nutrimento, che gli altri & i ſaſſatili ſono megliori ſono difficili a digerire& i ſegni della indigeſtion loro ſono la ſette, eſsendo che tutti generano, ſete dimorando lungamente nello ſtomaco, alcuna volta ſi corrompono. circa i peſci adunque ſi ſeruino queſte regole.

I. Tu tti i peſci s'hanno da mangiar caldi, e non freddi.

II. Nou biſogna riempirſi troppo di alcuna ſorte di peſci, ma ſe ne deue mangiare minor quantita, che ſi fa delle carni.

III. Non è da vſare molto nè ſpeſso i peſci

e quan-

e quando si vsano si mangino conditi con abisso, finocchio, & spetie, per disseccare in qualche modo l'humiltà loro.

IV. Non si mangino i pesci dopò grande essercitio, ò faticha perche all'hora si corrompono facilmente, nè bisogna mangiarli dopò gli altri cibi, che ha lo stomaco debole, e ripieno di mali humori, nessuna sorte di pesci vsi, e per questo si deuono dare a i conualescenti, & vecchi perche più tosto sminuiscono il calor loro, che l'acrescano.

V. Pesci e la carne alla medesima mensa si prohibiscono, cosi i pesci, e il latte, ò latticinij perche causano molte cattiue infirmità, nè men si conuengono con l'oua.

VI. I pesci grossi, e viscosi insalati alquanto, sono megliori de i freschi, manco nociui, ma non siano troppo salati; percioche il sale è molto molesto al ceruello. I pesci freschi generano flemma acquosa, mollificano i nerui, e non si conuengono se non a stomaco calido. I maritimi, è vn poco salati non sono tanto humidi, e per questo sono megliori. I salati, e secchi sono di cattiuo nutrimento.

VII. E ancora d'auertire, che quanto l'acqua in cui giocano i pesci è più morbida, e più profonda tanto più prestanti sono i pesci in esse notriti.

VIII. I pesci maritimi sono megliori di quei dell'acque dolci, perche sono più calidi, & per

la

la falsenide dell'acqua, manco humidi. Il nutrimento loro è più propinquo delle carni.

IX. Frà i pesci maritimi; & fluuiatili, sono più laudabili quelli, che stãno in luochi petrosi, dapoi ne gli arenosi, & nell'acque dolci, & chiare, & correnti, doue non siano sporcitie; ma sono cattiui quei pesci, che viuono nel fango, nelli stagni, & nell'acque ferme.

X. Tutti i pesci tanto marini, quanto fluuiatili, li miliori son quelli, che non sono molto, grandi, & che non hanno carne dura, ne secca, & ne i quali non è grassezza, non nuccillagine, ne sapore o odore cattiuo, non viscosi, ma fragibili, non presti à corromperſi ma che si mantengano assai, & che non habitino in stagni, ò in luochi sordidi, & che habbino molte squame, & molte spine.

XI. Sono i pesci frigidi, & humidi, & per questo nuocano alle frigide complessioni, & à i nerui, quantumque moltiplichino il latte, & lo sperma, & siano a collerici conuenientissimi.

XII. La migliore cottura, & preparacione de' posci, e arrostirli sopra i carboni, ò sopra la graticola; il lessarli è il secondo modo: il friggerli è il più cattiuo modo, massime per quelli c'hanno lo stomaco debole. Gl'arrostiti adunque sono migliori de' lessi, & i lessi migliori de fritti, ma è da auertire, che i pesci arostiti, non si deuono coprire, acciò che possano esalare i lor vapori.

Phlematici epulum minime est Anguilla salubre
Huic lentioris enim copia, alitq:nimis.
Fit me lior trasfixa veru moxq; ignibus assa,
Vt sit enim aridior sic mage grata gulæ.

Nomi.Lat.*Anguilla*.Ital.*Anguilla*.

Anguilla. Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scelta. S'eleggano quelle, che la Primauera si prendono in mare arenoso, & non fangoso, & subito presa sia cota. Quelle dell' acque chiare son le migliori, come qaelle del lago di Bolsena.

Giouamenti. E di delicatissimo sapore, da buon nutrimento, & salate conseruasi lungamente, & diuiene ottima per gli stomachi flemmatici.

Nocumenti. Mangandone troppo offende lo stomaco difficilmente si digerisce, che la sua carne è viscosa, vsandone troppo spesso, & in troppa quantità genera la pietre nelle reni, & nella vessica, fa venir la podagra, & i dolori artetici, offende tutte le viscere. & principalmente nuoce alla testa, massime quelle che nascono nell'acque torbide, le salate nuocono a malenconici, percioche accrescono quell'humore, & in somma chi mangia troppo anguille mette a pericolo della vita.

Anguille pericolose.

Rimedi. Sono mãco nociui quelle che scortica-

ſcate freſche, & ſuenturate, gittata via la teſta, & la coda s'arroſtiſcano con alloro, ſpeſſo aſpergendoui ſopra poluere di zuccaro, fior di farina, & canella. Le ſottili ſi mangino fritte, con pepe, & ſucco di aranzi, & s'auertiſca, che ſiano molto ben cotte.

AGVCCHIA.

Carne Raphis, ſolida, & dura eſt ægreq. domatur,
Coctura, ſucci ſed tamen vſque boni eſt.
Si fiet ergo ſemel ſtomachum virtute valentem,
E calidum ventrem nacta potenter alet.

Nomi. Lat. *Acus* Ital. *Agucchia.* *Agucchia.*

Qualità. E difficile a digerire.

Scelta. Quei più graſſi ſono migliori.

Giouamenti. Sono di buon nutrimento, maſſime mangiati fritti queſti peſci, che potentemente nutriſcono.

Nocumenti. E la lor carne dura, & difficilmente ſi digeriſce.

Rimodi. Si mangino fritti con agreſta, ò ſucco d'aranci, o uereamente ſi mangino ſalati, che coſi molti li mangiano crudi col pane.

CALAMARO.

Antiquis abiecta fuit Lo ligo, probatur
Sed nunc, bonoq; petunt, ſepe probantq; coqui.

Nomi.Lat.*Loglio*.Ital.*Calamaro, perche hà dentro del corpo vna veßica piena d'vn negro liquore, che pare inchiostro, il quale quando hà paura esce fuori, come auenne a gli huomini timidi, che si muoue loro il corpo, & cosi intorbida l'acqua, & saluasi da i pescatori.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & humido nel secondo.

Scelta. Il migliore è il picciolino, perche è più tenero, & più presto si digerisce, & che non sia preso in mari morti, & sia pregno.

Giouamenti. E delicatissimo al gusto, accresce l'appetito, & è di molto buon nutrimento,

Giouamenti. I grandi difficilmente si digeriscono, & nuocono particolarmente a i paralitici.

Rimedi. Si cuoprono di farina, & si friggono, & asperſi di ſucco d'aranci, si mangiano in ogni stagione, & in ogni età, pur che non siano grandi. Sono ancora manco nociui, & meglio si digeriscono cotti in acqua, & vino al pari, aggiuntoui olio pepe, sale, & herbe odorifere, ma si cuocano col lor negro liquore, che senza esso son manco soaui.

CAPONE.

Quantumuis mutos pisces Natura creauit,
Coccyx effićta nomina vocis habet.

Est

Est autem dura carnis, siccaq; nihil q.
Lenti in ea, aut medicum, nil quoque follis inest
At vero gladio parte dissectus in ambas,
Frigitor, & multo gratior esse solet.
Vtq; miuus cuculide sint, & in ea re, & vndis,
Viuunt, longe alios terra, frequenter alit.

Nomi. Lat. *Cuculus*, & Coccyx. Ital. *Cappone.* **Cappone**
Qualità. E frigido, & humido moderatamente.
Scelta. Il grasso è megliore.
Giouamenti. E pesce molto sano, & di gran nutrimento.
Nocumenti. Ha carne dura, & difficile a digerire.
Rimedi. Fritto, & mangiato con succo d'aranci ouero lesso nell'acqua è più grato.

C A R P I O N E.

Caprio Salmonem, & Truttam bonitate videtur
Ingeniti succi, & curue referre sua:

Nomi. Lat. *Caprio.* Ital. *Carpione.* **Carpione**
Qualità. E caldo temperatamente, & humido nel principio del primo grado.
Scelta. I migliori sono i freschi.
Giouamenti. E nobilissimo trà tutti gl'altri pesci, & è tanta la gratia del suo sapere,

che a veruno altro pesce è secondo; hà carne tenera da ottimo nutrimento, in qualunque modo si mangia, ò fritto, ò arrostito ò lesso, sempre è soauissimo: portasi marinato per tutta Italia, & si conserua con fronda di lauro, mirto, & cedro.

ndi- ra. Nocumenti. Non apporta danno, ò nocumento alcuno, se non che la sua carne (come cosa gentile) presto corompesi.

Rimedi. Gli si leuino subito le scaglie, & le bodella, si faccia stare nel sale per sei hore, dol si frigga nell'olio, poi si asperghi sopra aceto, nel quale sia bolliti garofani, pepe, canella, & zaffrano è buono in ogni tempo, ad ogni età, & ad ogni complessione.

C E F A L O.

Dum Caphalus stupido sensu est, vt si caput cadat
Ex omni corpus parte latere putet.
Cano, & aquis viuet daui resipitq; saporem
Cuctus iudicio nec valet ille meo:
O Cerbale, o capito, sic namq; vocabimus illum,
Cui caput, & magnum, sed sine mentem caput.

Cefalo. Nomi. Lat. *Cerbalus, & Capito.* Ital. *Cefalo.*

Qualità. E frigido nel primo grado, & humido nel secondo; delle sue oua salate si fanno bottarghe.

Scelta. Il megliore è quello, ch'è preso in mare non fangoso, ma arenoso, & sassoso, & che il lito guardi a Settentrione, & non sia grauido, nè grasso troppo, che questi sono insipidi.

Giouamenti. E delicato al gusto, da buon nutrimento, & il suo brodo moue il corpo.

Nocumenti. Quando è d'acqua fangosa nuoce allo stomaco, non si digerisce, & genera tristi humori, & molte superfluità.

Cottura.

Rimedi. I grossi si cuocano a lesso, ò si faccino arosto con l'origano; i piccioli si friggano, & si mangino con succo d'aranci, l'autunno, & l'inuerno.

DENTALE.

Si quando Piscem mandis Ευροδόντα *caueto,*
Nimirum lapides in capite ille gerit.
Nam mihi cum sola distent ætate Synagris,
Et si nodon siet hic maior, ille minor.
Synagridos gemmis gemma Synodontidas ergo
Anteferes, aliqua si bonitate valent.

Dentale.

Nomi Lat. *Synagris, & Dentices*, Ital. *Dentale*

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo,

Scelta. Il migliore è il grasso, & preso in Schiauonia, & accontiato in gellatina, come fanno gli Schiauoni, che li portano cotti con

l'aceto sale, & molto zaffrano, & tagliati in pezzi ne fan gelatina.

Giouamenti. Nutrisce grandemente, ma se è molto grasso, non nutrisce tanto, meglio si digerisce stringe il corpo, onde è conueniente delle disenterie.

Nocumenti. Tardi, & difficilmente si digerisce, aggraua lo stomaco debile, & però non si conuiene a i vecchi, nè a flemmatici.

Rimedi. Si cuoca nell'acqua, con molto olio, & sale, ouero arrostendolo, & bagnandolo spesso d'olio, & d'agresta, ouero facendone gelatina con aceto, & spetie, & zaffrano, è cibo delicatissimo per i gioueni, & per i colerici l'inuerno.

Gelatina.

FRAGOLINO.

Non crassam, non viscosam laxam atq; fluentem;
Et duram carnem non Erythrinus habet.
Carnibus auratæ accedit, laudabile sanguem
Procreat, an nondum sunt satis ista tibi.

Nomi, Lat. *Erythrinus.* Ital. *Rubelli, & Fragolini, perche son di color rosso, simile alle fraghe pesce di mare.*

Fragoli.

Qualità. E temperato nelle qualità attiue, ma è humido nel primo grado.

Scelta: Il megliore è il fresco, fritto, massime l'inuerno.

Gio-

Giouamenti. Questo è nobilissimo pesce, genera buon nutrimento, & è molto salutifero, à chi l'vsa, perche ha la carne tenera, & saporita & facile a digerirsi, & di molto nutrimento.

Nocumenti Mangiandosi in souerchia quantità, nuoce à i vecchi, & a i flemmatici, eccita venere, putrefatto nel vino, & beuuto, fa venir à noia il vino, come l'anguilla soffocatiui dentro, & beuuto poi il vino.

Vino come si renda noioso

Rimedi. E più sano cotto fritto, & condito con succo de aranci, & pepe, ouero arostito, mangiato caldo con succo di agresta, è buon ancor lesso condito con herbe odorate, massime l'inuerno.

GRANCHI.

Sat bete Cancer alit, qui curua fluam in frequẽtati
Humectatq; etiam corpora nostra satis.
Si partes igitur solidæ sunt, febre prehensæ,
Cuius quam magno est, hic satis auxilio.
Vt quadam, valet oculti, canis ictibus atris.
Fert magnam quamuis sit rabiosus opem.
Seu per se cinerem sumas seu pane suillo,
Et thure immixtis, intrepido ore voras.
Aethrion verba viuos, cinerẽmq; parabat.
Antidotum, terra cum ratione datum,
Arida vis illis, cum præscribitq; vigorem
Acquirit, has quis opes neget esse Deum?

Nomi-

Nomi. Lat. *Cancer*. Ital. *Granchio*.

Granchio. Qualità. E frigido nel secondo grado, & humine nel primo.

Scelta. I megliori son quelli che sono appresso i fiumi, ò altre acque dolci, & che sian presi di Primauera, ò d'Autuno, a luna piena, e quei che son teneri.

Giouamenti. Gioua a tisici, perche è di gran nutrimento, moue l'orina, accresce il coito, purga la renella, & conferisce a quei che son morsi da cani rabbiosi, pigliando la sua cenere, e si seccano i granci nel forno, e si danno per quaranta giorni a chi è morso da can rabbioso, ma bisogna canterizar cō ferro il luocho offeso, & far pigliar della poluere nella rosa canina, con acqua ò con latte ingrassa, & per questo gioua a i consumati, & resiste alla colliquation de i membri con la tenacità sua, & sana l'vlcere del polmone.

Nocumenti. La sua carne è alquanto difficile a digerire, onde genera humor grosso: & flemmatico a chi ne mangia in troppa quantità, e per questo è nociuo a i flemmatici.

Cottura. Rimedi. Si cuocano ben su la bracia viua, e poi si mangiano con pepe, è cō aceto forte: è buono ne i tempi caldi per i gioueni, e per i colerici, e per quei che hanno lo stomaco molto caldo.

HAN-

Astaccus, & mollis carne est, & denique suauis
Preditus, hincq; ideo per facile excoquitur.
In capite ipsius si quis lapis inueniatur,
Discito quod Renum comminuat lapidem.

Gambari.

Nomi. Lat. *Astacus*. Ital. *Gambaro.*

Qualità. Sono i gambari come i granci, freddi nel secondo grado, e humidi nel Primo.

Scelta: Quelli de' fiumi son megliori di quelli marini.

Giouamenti. Giouano a gli ethici, & a i consunti, ingrassandoli, & con la lor tenace humidità resistono alla colliquatione de i membri solidi, & con la frigidità al calore inuecchiate ne i membri, sono di gran nutrimento, & il lor brodo gioua a gl'asmatici.

Nocumenti. Generano humori flemmatici, e sono difficile digestione.

Rimedi. Cuocendosi come i granci su la brascia viua, e poi mangiandosi con pepe, & con aceto, & meglio si digeriscono; son buoni per i sanguigni, per i colerici ne i tempi caldi.

LACCIA.

Trista boni satis est succi, cum pinguitori
Nec stomacho ingratam, nec nociturum epulum

Scili-

Sci licei vt patrias sedes pontumq; reliquit,
Dulciq; iuuat aqua, nam satis illa placet.

Laccia. Nomi. Lat. *Trissa*. Ita. *Laccia*.

Qualità. E fredda nel primo grado, e humida nel secondo.

Scelta. La megliore è quella; che è presa in acque dolci, e non in mare, perche queste son aride, secche, & dure, ma come entrano ne' fiumi, subito diuentan grassissime, & al principio di Giugno tornano in mare a partorire, Quelle del Teuero prese di Maggio, ò di Aprile tengono il principato, & siano piene di oua.

Giouamenti. E delicata al gusto, e dà molto nutrimento al corpo, prouoca il sonno, & ha in capo vna pietra che conferisce alla quartana.

Quartana.

Nocumenti. Nuoce quando è presa in mare, perche ha la carne dura secca, che difficilmente si digerisce, onde nuoce a coloro, c'hanno lo stomaco debile, perche genera flemma.

Rimedi. Se si cuoce nell'acqua con aceto, e sale, e si mangia con sapore aceto è megliore: ouero fatta arrosto, bagnata con aceto, & olio col finocchio, saluia, ò rosmarino; si conuiene a ogni età, e complessione, mangiata in poca quantita, di Primauera, presa ne i fiumi, & piena d'oue.

LAM-

Lampetra carne quidem est molli, lettoris habetq.
Non nihil, at magni non tamen est precij,
Vere edito hanc, si quidem estiues; insuauor estur,
Temporibus, nam durior efficitur.
Impulsas (mirum) puppes vno illa secundo
Sistit, & inceptum sæpe moratur iter.

Lāprea

Nomi. Lat. *Lampetra*. Ital. *Lampreda, & chiamasi cosi. perche sempre stan lambendo le pietre.*

Qualità. È calda temperatamente, & humida nel primo grado.

Scelta. La megliore è quella che è presa ne i fiumi la Primauera, che all'hora è più grassa, & ha la spinal midolla più tenera.

Giouamenti. Dà ottimo nutrimento, accresce lo sperma, è delicatissima al gusto, & preciosissima nelle mense.

Nocumenti. Si digerisce alquanto tardi, massime se non sia ben cotta, & ben condita, offende i podagrosi, & chi patisce difetti di nerui.

Rimedi. Si affoga dentro la maluasia, e gli si serra la bocca con noce moscate, & i buchi con garofano, & si cuoce in vn tegame con nocciole, pane, olio, spetie, maluasia; è buona d'ogni tempo, per ogni età, & complessione, eccetto che per i decrepiti, e per quei che patiscono ne' nerui.

Lucius obſcuris vitam qui degit in vndis.
Peior eo in puris qui fere degit aqis.
Namq; mali ſucci eſt, qui ſtagna, lacuſq; frequẽtat,
At qui cura ſubit ſæpe fluenta valet.

ucio.

Nomi. Lat. *Lucius*. Ital. *Luccio*.

Qualità. E freddo, & humido nel ſecondo grado.

Scelta. il megliore è quel di fiumi, ouero di laghi non fangoſi, e deue eſſer grande, freſco, e graſſo.

Giouamenti. Dà il luccio molto nutrimente le ſue maſcelle abbruciate, e ridotte in poluere, e beuute con vino al peſo di vna dramma, rompono la pietra. *ietra.*

Nocumenti. E di dura digeſtione, di cattiuo nutrimento, & aggraua lo ſtomaco, moltiplicando la flemma.

Rimedi. Cuocaſi a leſſo, inſieme con herbe odorate, e con olio, e poi mangiaſi con ſapor bianco, ouero ſi arroſta nella graticola con origano, & aceto, ſi conuiene l'inuerno a giouani, & a' colerici, è paſto graue; ma quando è preſo in fiume, è più digeſtibile, & molto manco nociuo.

LVMA-

LVMACA.

Cochlea, quæ sul sus habitat communiter v ndas
Ventriculo vt illis est, & cito ventre mea.
Vtilis, & stomaco quæ terras incolit, atque
Flumina amat, virtus nescio quod resipit.
Cumqs fient plures, varieq. videut,
Plus alijs veniet grata marina mihi.

Nomi. Lat. *Coclea*. Ital. *Lumache.*

Lumache. Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scelta. La megliore è quella che è colta in luoghi montuosi, & colli ameni, & lontani da paludi, c'habbi a pasciute herbe odorifere, sia purgata, e coperchiata al tẽpo dell'inuerno: sõ buone ancora quelle delle vigne, ma molto megliori son quelle, che si colgono nelli spineti.

Giouamenti. Gioua allo stomaco, & è grata al gusto, nutrisce assai, è ottimo per i fichi, e smorza l'ardore della collera, e la sette, e prouoca il sonno: è ottima per gli etichi. *Tisici.*

Nocumenti. Difficilmente si digerisce, e facilmente si conuerte in flemma, onde nuoce a chi patisce di pietra, ò di renella.

Rimedi. Cocendosi bene in compagnia di herbe odorate, come di menta calamento, petrosello, & aglio con olio, ma che sia molto ben cotto. Il meglior modo di mangiarle è lessarle prima, è poi frigerle, e mangiarle con la salsa: ouero lesse che sono, si metta dentro nel

lor

Lucius obscuris vitam qui degit in vndis.
Peior eo in puris qui fere degit aqis.
Namq; mali succi est, qui stagna, lacusq; frequētat,
At qui cura subis sæpe fluenta valet.

ıcio,

Nomi. Lat. *Lucius*. Ital. *Luccio*.

Qualità. E freddo, & humido nel secondo grado.

Scelta. il megliore è quel di fiumi, ouero di laghi non fangosi, e deue e sser grande, fresco, e grasso.

Giouamenti. Da il luccio molto nutrimente le sue mascelle abbruciate, e ridotte in poluere, e beuute con vino al peso di vna dramma, rompono la pietra.

etra,

Nocumenti. E di dura digestione, di cattiuo nutrimento, & aggraua lo stomaco, moltiplicando la flemma.

Rimedi. Cuocasi a lesso, insieme con herbe odorate, e con olio, e poi mangiasi con sapor bianco, ouero si arrosta nella graticola con origano, & aceto, si conuiene l'inuerno a gioueni, & a' colerici, è pasto graue; ma quando è preso in fiume, è più digestibile, & molto manco nociuo.

LVMA-

LVMACA.

Cochlea, quæ sulfus habitat communiter vndas
Ventriculo vt ilis est, & cito ventre mea.
Vtilis, & stomaco quæ terras incolit, atque
Flumina amat, virtus nescio quod resipit.
Cumqs fient plures, varieq. videut,
Plus alijs veniet grata marina mihi.

Nomi. Lat. *Coclea.* Ital. *Lumache.*

Lumache.

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scelta. La megliore è quella che è colta in luoghi montuosi, & colli ameni, & lontani da paludi, c'habbi a pasciute herbe odorifere, sia purgata, e coperchiata al tẽpo dell'inuerno: sõ buone ancora quelle delle vigne, ma molto megliori son quelle, che si colgono nelli spineti.

Giouamenti. Gioua allo stomaco, & è grata al gusto, nutrisce assai, è ottimo per i fichi, e smorza l'ardore della collera, e la sette, e prouoca il sonno: è ottima per gli etichi.

Tisici.

Nocumenti. Difficilmente si digerisce, e facilmente si conuerte in flemma, onde nuoce a chi patisce di pietra, ò di renella.

Rimedi. Cocendosi bene in compagnia di herbe odorate, come di menta calamento, petrosello, & aglio con olio, ma che sia molto ben cotto. Il meglior modo di mangiarle è lessarle prima, è poi frigerle, e mangiarle con la salsa; ouero lesse che sono, si metta dentro nel

lor

lor guscio vn poco di fatura, ottimo, e poi si ricuocano sopra la brascia: la mattina è migliore di tutte, e manco nociua, massime ne' tempi freddi, e quando è ben purgata è buona per i gioueni per i colerici, & per quei c'han il calor naturale gagliardo.

OMBRINA.

Terra, & aequa, fuluo simul auro vescitur vmbra
Fit magni a multis propterea precij.
Quippe huic alba caro Truttarum more videnda,
Firma, suo stomacum quaeq; sapere iuuet.

Nomi. Lat. *Vmbra*. Ital. *Ombrina*.

mbrina Qualità. E calda temperatamente, & humida nel primo grado.

Scelta, La meg iore è la più grassa, & la più saporita, e tra tutte le parti solida più il vētre.

Giouamenti, Da buon nutrimento, facilmente si digerisce, tempera l'ardor del sangue, & dopò lo sturione è il più nobile, & più saporito pesce che si mangi,

Nocumenti, Nuoce allo stomaco frigido, tardi si digerisce, non essendo ben cotta, & genera opilationi.

Rimedi. E manco nociua cocendosi a lesso nell'acqua, e nell'aceto, & poi mangiandosi col sapor biāco: ouero arrostita piena di garofani mangiandola con olio, & agresta, e buona ne i

giorni

iorni canicolari, per i gioueni e per i colerici, ma nuoce alle persone otiose a i vecchi, & a i flemmatici.

ORATA.

Pisciculis sese, & Conchis Aurata sagniat.
Maxillaq: illos asperiore domat.
Hendq. exors succi dicitur esse boni.

Nomi. Latin. *Aurata*. Ital. *Orata*.

Qualità. Nel caldo è temperata; mà è secca nel primo grado. *Orata.*

Scelta. La megliore è quella, che è presa d'inuerno in alto mare, e non in mare morto, & il principato hanno quelle, che son prese ne i mari di Leuante.

Giouamenti. Dà copioso, e buon nutrimento a chi digerisce bene, e accresce il coito.

Nocumenti. E difficile a digerire, perche hà la carne molto dura.

Rimedi. Cuocendosi in acqua, & olio con zaffranno, specie, vua passa, & herbe odorate, ouero su'la graticola, mangiandola con olio, & aceto marinata; è buona d'inuerno, nel qual tẽpo è più saporita, conferisce a i giouenì, & a i colerici, & a quei che molto si essercitano, & hanno gagliardo lo stomaco.

Lubrica nascentes implent Conchila, Lunæ:
Sed non tome Mar generose fertile teste.
Mauric e Baiano melior lucrio peloris.
Ostrea Circis Misene oriuntur Fichni
Pettinibus patilis iactans se molle Tarrentum.

Ostrica. Nomi. Lat. *Ostre.* ital. *Ostrica.*

Qualità. E calda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scelta. La megliore è quella del lago Lucrino, massime presa ne i mesi, che hanno, R, e siano mangiate fresche.

Giouamenti. Risueglia l'appetito, accresce il coito, & muoue il corpo.

Nocumenti. E difficile a digerire, acresce la flemma, e fa opilationi.

Rimedi. Si mangi con pepe, olio, & succo di aranci dopò ch'è cotta su la brascia, che non si deue lessare, si conuiene ne i tempi freddi a i gioueni, & a colerici, a quei che hanno lo stomaco molto gagliardo.

RANOCCHIE.

Ranorum alba caro, sed semper durio resa,
Ipsa recens, infusa tamen non tempore paruo.
In Lympha tenere, efficitur nutriq; potenter,

His

His cõfert quibet ipſis,ſimul hetica; moxa eſt
Cum ſale, cumq;oleo cocta,ſi denique dantur,
Contra ſerpentum vis illi cuncta venena.
Ranarum cum mellc, cinis,quando illitus illo eſt,
Implet Alopecias,ſanguem ſiſtitq;fluentem.

Ranocchie.

Nomi.Lat.*Rana*.Ital.*Ranocchie.*

Qualità. Son frigide nel ſecondo grado, & humide nel primo.

Scelta, Le migliori ſon quelle, che habitano nell'acque groſſe, e ben formate,& non generate al tempo della pioggia.

Giouamenti. Cotte leſſe con olio, & ſale,& mangiate ſono la Theriaca de i veleni di tutte le ſerpi.la lor decottion fatta con acqua, & aceto, vale a i dolori de i denti,nella lepra;& a gli ſpaſimi; ſono vtiliſſimi a tiſici, e la lor decottione gioua alla toſſe antica,maſſime cotte in brodo di pollo, ò di cappone, & aumettando prouocan ſoauemente il ſonno; la cenere del lor fiele, beuuta con vino, al peſo di vna dramma, ſana la febre quartana.

Tiſici.

Nocumenti. Eſſendo nate di putredine, e dimorando nell'acque putride, danno putrido nutrimento, e però cauſano dolori de gli inteſtini, difficilmente ſi digeriſcono, nutriſcono poco, e generano ſangue malenconico,grauano lo ſtomaco,accreſcono le flemme,e quando ſono morte dalle ſerpi ò andando in amore, non ſi déuon mangiare, percioche danno gran

Quartane.

perturbatione al ventre, & allo stomaco, e fanno orinar sangue.

Rimedi. Siano ben cotte, & bene apparecchiate, con salse fatte di herbe odorifere, & calide, e con vn poco di aglio; delle ranocchie son buone a mangiare solamente le coscie, scorticate prima, e tenute in acqua fresca per ventiquattro hore,, sono manco nociue mangiate cō specie, con succo d'aranci, ò di limoni son buone ne i tempi caldi per i giouени, e per i colerici, ma non per i vecchi, nè per i flemmatici, nè per gli otiosi.

SARDA.

Cum muria Sardina duos seruator in annos
Fitq. garum hinc toto corpora fel le earet (colla
Quare aliqui cum oleo, et sale, purga inter grata in
Graticula veleam si voluese coquunt.

Sarda. Alice: Sardella.

Nomi. Lat. *Sardina, & Sarda.* Ital. *Sarda, & quando è Sardina, si sala, & chiamasi Alice, & quando è Sarda si sala parimente, & chiamasi Sardella.*

Qualità. E frigida nel principio del primo grado, & humida nel fin del medesimo.

Scelta. La megliore è quella, che è presa a primauera, in mare arenoso,. & non fangoso.

Giouamenti. Presa subito cotta, & mangiata, è di buon nutrimento, & di delicatissimo sapore,

ſapore, le ſarde ſalate riſuegliano l'appetito, nettano lo ſtomaco delle ſuperfluità, & però ſe ne concede in poca quantità a i conualeſcenti, nel principio del mangiare.

Nocumenti. Genera ventoſità, maſſime ſe ſi mangia la ſua ſpine, & ha dell'humido.

Rimedi. Cocendoſi in vn tegame, ò ſu la graticola dentro vn foglio di carta con olio, petroſello, & pitartima, ò con ſale, & origane, per alcuni pochi giorni conſeruandoſi, ſi rimedia a i ſuoi nocumenti, ſi conuiene la ſarda a tutte l'etadi, & compleſſioni, la primauera, pur che non ſe ne mangi in troppa quantità

Cottura.

SPIGOLA.

Albo ex iure Lupus, tenus aceto,
Affectis adfert febribus auxilium.
Gignit enim tenuem ſuccum ſanguemq; probatum
Quando caro ipſius per facile excoquitur.
Non Galli iecori cedit, non anſeris hepar.
Illius ſucci, vel ratione boni.
Inuenies capitis duros in parte lapillos.
Aui renum duros comminuat lapide.

Nomi. Lat. *Lupus* Ital, *Spigola.*

Spigola.

Qualità. E fredda, è humida nel ſecondo grado.

Scelta. La megliore è la candidissima, e mollissima, & presa nel Teuere tra li due ponti, & specialmente nel mese di Gennaro, il quale è chiamato per questo Spigola.

Spigola

Giouamenti. E di sapore delicatissimo, rinfresca assai generando humore freddo, e sottile di sostanza, è molto grata nelle tauole di grandi, & la pietra che ha in testa rompe le renelle, & le pietre.

Pietre.

Nocumenti. Nuoce a i cattarosi, massime quando è granida, percioche genera molti escrementi in stagione.

Rimedi. E manco nociua cotta in acqua, & aceto, & poi mangiata cosi con sapore bianco aceto, ouero cotta sopra la graticola, mangiandola con olio, aceto, e sale, e cosi conferisce ad ogni età, e complessione, massime nel mese di Gennaro.

STVRIONE.

Harum tantum capiant Acipenses à mensa
Mille & etenim nummum non mihi piscis erit.
In precio nullus Romæ magis extitit unquam,
Ornent regales munera rara dapes.

Nomi. Lat. *Sturio*, *Acipenser*. Ital. *Sturione*.

Sturione

Qualità. E calda nel principio del primo grado, e humido nel secondo.

Scel-

Scelta. Il meliore è quello che è preso ne i fiumi, ne i quali si fa più grasso, è più saporito, che nel mare.

Giouamenti. Nutiisce assai, accresce il coito, & rinfresca il sangue, & si stima nelle tauole per cibo pretiosissimo, & che tenga il Primo luoco, delle sue oua salate si fan il cauiaro, che si mangia cotto, e crudo, per suegliar l'appetito per far bere con gusto, e della Polpa se ne fanno li schenali, che sono salati, e secchi al fumo, che sono appetitosi a mangiare, ma non son buoni per catarrosi e podagrosi.

Nocumenti. Ha la sua carne grassa, che genera humore vischoso, difficilmeate si digerisce tanto più quanto e più fresca.

Rimcei. E manco nociuo mangiandone la testa, e la pancia solamente, & sia frollo cotto a lesso nell'acqua, & aceto, & poi mangiato con sapor bianco acetoso, con canella dentro.

TELLINE.

Et bene alunt Telline, & venorem apius esa.
Sed cocte modicis ignibus exonerant.
Condite sale moxq; igni feruente cremate,
Ventrem reddunt non leuiter cinerem:
Hinc cedri exceptus succo, sensimq; perunctus,
Impellit glabras vsque manere genas

Nomi. Lat. *Telline*. Ital. *Telline*.

Qualità. Sono calde nel primo grado, & secche nel secondo.

Scelta. Le megliori sono grande, & fresche.

Giouamenti. La lor decottione fà lubrico il corpo, prouoca l'orina, sono grate al gusto, la cenere delle salate con succo di cedro, prohibisce il rinescer de' piedi.

Nocumenti. E la lor carne di tarda digestione, & graua lo stomaco, fà venir la sete, stringe il petto, & genera le renelle.

Rimedi. Bisogna purgarle ben dalla rena, ponendole per vn giorno nell'acqua fresca, e sbattendole con la scopa, poi si cuocono con cipolla soffritta, e vino aggiundendoui herbe odorifere, petrosello, & specie: son buone ne i tempi freddi, per vecchi, per i flemmatici, & per quei che s'affaticano assai.

TENCA.

Escrementitio succo, crasso atque tenaci.
Tinca est propterea non placet illa mihi.
Tacius, (vt prohibent) lapsum se vulnere, Tincæ
Affricat, & mira tandem ope liber abit.
Per medium secta, & carpo plantisq; quibusdam
Attulit admota in febre frequenter opem.

Nomi, Lat, *Tinca*, Ital. *Tenca*

Qua-

Qualità. E fredda, & humida nel secondo grado.

Scelta. L'elegga la femina presa in fiume, o in lago non fangoso l'autũno, e l'inuerno. Quelle del lago di Perugia son buone, ma ottime sono quelle del lago di Monte Rosoli.

Giouamenti. E di gran nutrimento ma escrementoso, tagliate le tenche per lunghezza di schiena, applicate alle piante de' piedi, & de polsi, mitiga l'ardor delle febri, & l'abbreuia.

Nocumenti. Si digeriscono tardi, grauano lo stomaco, & sono di catiuissimo nutrimento, massime quelle che nascono nelle paludi, mangiate ne i giorni canicolari.

Cottura.

Rimedi. Cocendosi cõ aglio, & herbe adorate, & spetie, al forno son manco nociue, e parimente cotte con menta, cipola, & vua palla, ò riuersciate, & empite con menta, aglio petroselo, & aneto, mangiandole con aceto, ò agresto.

E la tenca cibo da vsarsi in tempi freddi, da giouani, da i colerici, e da quei che molto s'affaticano.

T E S T V D I N E.

Carne satis pingui grata & Testuda suaui est,
Si coquitur posito tegmine mollis erit.
Mensa phthisim putrem soluit, tumidumq; lienem
Fitq; venenatis vermibus Antidotum,

Censi;

Censibus exhibita est alimentum nobile, morbum
Tollit, & herculem. quid olet oua bibat,
Calna parum humescit, fluuios, montesq; peragrat
Ancor vel pescis, petis est? media.

Testudine. Tartaruca.

Nomi. Lat. *Testudo a testa. quantegitur.* Ital. *Testitudine, e Tartaruca, sono animali di mezzana natura, tra gli animali, & i pesci, come le Lumache.*

Qualità. E fredda nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scelta. Le meglior sono quelle che non sono aquatice, ma terrestre, grosse, piene d'oua, e pasciute prima che si mangi, di buoni cibi in case

Giouamenti. Sono di grandissimo nutrimento, e per questo si danno vltimamente à tisici, & estenuati; il sangue loro beuuto, giona a quelli che patiscono di mal caduco, della carne della tartaruca cotta se ne fa pesto agli infermi, per rinfrescarli, & ristorarli.

Nocumenti. Genera sangue grosso, & flemmatico, fa gl'huomini pigri, e dormigliosi, e tardissimamente si digerisce.

Rimedi. Sia ben cotta, getando via la prima, & seconda acqua, & bene apparecchiata con herbe calide, pepe, zaffrano, o rossi d'oua, son buoni per i gioueni, per i colerici, & per quei che molto s'affaticano.

TON-

TONNO.

Iste Tynum piscis redolet num vescitur ill o,
Nutrit enim liquidis sæpe Tucinus aquie,

Nomi. Lat. *Tucos*, Ital. *Tonno*. *Tonno.*

Qualità. E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Scelta. Il megliore è il giouene, preso del mese di Settembre, & si deue prendere più tosto la carne magra, che la grassa.

Giouamenti. La sua carne sana i morsi de' cani rabbiosi: il suo ventre, che è grassissimo, e molto desiderato nelle tauole, salate, si chiama tarantella, & la carne magra salata è la tonnina, l'oua si salano, & se ne fanno bottarghe, come di quelle del cefalo, le quali cose tutte eccitano l'appetito. *Tarantella. Tonnina. Bottarghe.*

Nocumenti. Genera molto escremento, tardi si digerisce, graua lo stomaco, & accresce la flemma.

Rimedi. Fresco si cuoca sù la graticola con sale, & coriandro, aspergandolo continumente di olio, & aceto, con vna mappa di finocchio ò vn rametto di rosmarino.

TRIGLIA.

Dura caro Mulli est ondeq: friabilis, ergo
Si bene conficitur sumpta potenter alec

Ast

Ast ocu lorum acie assiduos si cedat in suis.
Obtundit, Neruos nec satis esainuat.
Extinctus vino tantam vim infundit in illud.
Vt vel matri obsit (magne cupido)tuæ.
Numq:nouos opera est veneri in quare maritos.
Fæcunda sq:nouus impestit esse decus.

'riglia. Nomi. Lat. *Mul lus barb atus.* Ital *Balbone, & Triglia.*

Qualità. E calda nel primo grado, & secca nel principio del secondo.

Scelta. La picciolina è megliore della grande, e presi in luoghi sassosi, e non in luoghi fangosi, & mari morti

'ino. Giouamenti. E molto grata al gusto, e di buon nutrimẽto, affogata nel vino, e mangiata estinque gl'appetiti venerei, e beuendosi il vino fa venire in odio ogni sorte di vino posta la triglia sopra i morsi di velenosi animali, li sana.

Nocumenti. E di dura carne, e tardi si digerisce, beuendosi il vino doue sia affocata la triglia fa l'huomo impotente, e la donna sterile, e fa venir in odio il vino. Vsata la triglia troppo spesso offende la vista.

'ista. Rimedi. si cuoca sopra la graticola mangiãdosi con oglio, e succo d'aranci, ouero fritta si condisca con aceto speti e zaffrano, e cosi per molti giorni conserueraßi, e sarà molto megliore, è buona ne'tempi caldi, per i gioueni, e per i colerici, e per quei c'hanno lo stomaco gagliardo, e per quei, che molto si esercitano.

TRVT-

Si vitam Truttæ spectet, si denique mores,
Salmoni certè persimilem esse feres
Quin veluti fluui saluus est, lenteq; paludis,
Qualem nunc Gualdi sæpius esse licet.

Nomi. Lat. *Trutta*. Ital. *Trotta* *Trotta.*

Qualità. E frigida nel principio del primo grado, & humida nel fin del primo

Scelta, Che sia grossa, e presa in rapidissime acque, oue sian sassi, come le nostre di Gualdo, & non in laghi.

Giouamenti. Nutrisce ottimamente quella di fiume, che si digerisce presto, e genera vn' humor frigido, che rinfresca il fegato & il sangue, pero son le trotte buone nelle febri ardenti, come fassatibili, & digestibili, accrescono lo sperma, e son buone ne i tempi caldi per i gioueni, e colerici, e non per i decrepiti, e flemmatici.

Nocumenti. Subito si corrompe, e però subito presa si deue mangiare; nuoce a i vecchi, a i flemmatici, & chi ha lo stomaco debole.

Rimedi. Si cuoca in egual parte di acqua, & aceto, & mangiasi con sapori acetosi, ouero si marini nel modo, che si è detto del carpione. *Ennicrania.*

Finiscono i Pesci.

Discutit, adstringit, refrigerat, vtile acetum
Ventriculo, est nocuum cui nigra bilis obest,
Vlcera si ventris, vel pectora si ccet, aceti
Commoditas tamen est non tibi parua quoque,
Frigore si poterit neruis nocuisse, rependit.
Damna, potest agro si riuocare famem.

Aceto. Nomi. Lat. *Acetum*. Ital. *Aceto*.

Qualità. E l'aceto frigido nel secondo grado, rispetto al calor del vino, e tanto più quanto è vino più vecchio, e più potente, ma ha in certo calore, ch'ha acquistato dalla putredine, basta, che la frigidità supera in lui la calidità e aceto fatto di vino debole, e più frigido ma fatto di vin vecchio è manco frigido, ma la sua penetrantia non procede dal colore, ma dalle parti sottilli & acute frigide, come l'aere boreale, & è oltre a ciò secco nel terzo grado.

Scelta. Il megliore è quello, che è fatto di ottimo vino, & che dentro ci siano le rose, & sia vecchio.

Giouamenti. E incisiuo, digestiuo, & aperitiuo, è ottimo per smorzare l'ardor della collera, la sete, fortifica le gengiue eccita l'appetito, apre l'opilationi, aiuta la digestione; e conferisce allo stomaco calido, e humido debilita il sangue, la collera, onde nuoce a i colerici,

rice,e resiste alla putredine è per questo al tem po della peste si ha vsar molto l'aceto, per pre- seruarsene.

Peste.

Nocumenti. Genera humor malenconico, offende i nerui, lo stomaco, le gionture, è inimicissimo alle dōne, che patiscono mal di madrice, è pessimo per i macilenti punge lo stomaco e gli intestini, offende la vista, e sminuise i sensi, & il coito, distrugge le forze, offende il petto, muoue la tosce, & chi l'vsa troppo si inuecchia presto, e si smagra.

Rimedi. Non si mangi mai a digiuno, si vsi moderatamente, e non sia troppo agro, e si faccia bollir secco l'vua passa, ouero vi faccia bollire anisi, e seme di petrosello, & di finocchio, che cosi si leua ogni sua malitia. e finalmente vi si aggiunga vn poco di zuccaro.

Smagrire.

A G R E S T A.

Omphacium sistit fluxus, mitigal æstum,
Lumina clara facit, conuenit, atque cibis.

V V A I M M A T V R A.

Quid misera amplecti caram mihi profuit vlmum
Tam subita mortis cum meus exiet amor?
O felix la brusca tuis seruata racemis.
Quam minar est multo sors mea sorte tua?

Non

Non cal eo, dulcisq; mihi non insitus humor
Digna fauore fui pectora nunc nocæo
Ad stringo, ingluuiem repeto, sum noxia bili
Maluerain Bacco deditus esse sapor.

Nomi. Lat. *Vua immatura* Et il liquore. *Omphacion* ital. *Agresta*

Agresta

Qualità. E fredda nel primo grado & secca nel secondo.

Scelta. Si elegga l'vua acerba auanti il Sol leone colta, e preparata.

Giouamenti. Gioua mirabilmente la state, a temperare il calore del sangue, a smorzar la collera, e suegliar l'appetito: onde conferisce molto a i gioueni, & a i colerici, & a tutti l'infirmità calide.

Nocumenti. Stringe gagliardamente il petto, fa venir la tosse, & è nemica a i neruii, & a quei che patiscono dolor colici.

Agresta salsa

Rimedi. Si rimedia alla sua malignità vsandola in cõpaguia delle Carni, massime di colõbi, ò d'altri cibi caldi, e dolci, e grassi, ma col pesce s'accompagni cõ spetie calide. E inimica a i vecchi, & a i flemmatici, non si vsi col sale, percioche dissecca troppo, & accende le febri.

S A P P A.

Multum alit: & pulsus reuocat Sapa Toxica vincit
Obstruit, atque inflat ventriculo que nocet.

Nomi.

Nomi. Lat. *Defrutum, & Sapa.* Ital. *Mosto cotto, & Sapa.*

Sapa. Mosto cotto.

Qualità. E calda nel secondo grado, & perche quantunque per la decottione riceua calidità, perde nondimeno del calor naturale, e humida temperatamente.

Scelta. La megliore è quella, che si fa di mosto cauato dall'vua dolce, cotto tanto, che manchi per metà, & è meglior, è più chiara quella che si fa di mosto bianco, che quella di mosto nero.

Giouamenti. Nutrisce ualorosamente, tien lubrico il ventre, riuoca il polso, & gioua alla strettezza del petto, & a'difetti del polmone, & all'vlcere delle reni, & della vessica, & è buona contra i veleni.

Nocumenti. E difficile a digerire, è per la sua dolcezza opilatiua, & per questo non si conuiene a modo veruno a quei che patiscono opilatione di fegato, o di milza; è di grossa sostanza, per questo è ventosa, e nociua allo stomaco.

Rimedi. Non si vsi per cibo, ma per condimento, & seco semore si pongano pepe, ò altre cose aromatiche, l'inuerno, oueramente si accompagni con cose acide, che cosi si temperano l'vn l'altro; ouero si lasci affatto, o si vsi in poca quantità, con vn poco di mele.

Extenuat, vtriusq; adimunt, caligine, occelles
Cinnama odora leuant, commoda multa ferunt
Namq; oculos, stomachumq; acuunt, tremulosq; la-
sistunt, hic sicca est, nec pituita fluit. (certos,
Artubus hac vires iam torpescentibus addunt,
Et iecur, & renes, putreq; pectus alunt,
Tadia vexata Matricis, & Icia tolunt.
Turgia languidulæ.

Nomi. Latin. *Cinnamomum*. Ital. *Canella*, & *Cinnamomo*.

Canella Cinnamomo

Qualità. E calda, secca nel terzo grado;

Scelta. La megliore e quella, che non è vecchia, ma che sia fresca, odorata acutissima al sapore, e di color rosso.

Giouamenti. Vsandola spesso ne i cibi, conferisce somamente allo stomaco, & alle sue frigide indispositioni, disoluendo l'humidità, e le ventosità, rischiara la vista impedita per humidità, apre l'opilationi del fegato, prouoca l'orina, fà dormire, scaccia le ventosità da tutto il corpo, mitiga i dolori delle reni, conferisce a i cattarri, & alla tosse, mondifica il petto dissecca l'humidità della testa, fa buon fiato, eccita il coito, conforta il cuore, & ha la proprietà della Theriaca, e resiste alla putredine.

Reni.

Nocumenti. Nuoce a'colerici la state, & in paesi caldi, perche infiamma le viscere; & il sangue

gue nuoce a podagrosi, perche essendo calida, & aperitiua, lascia facilmente penetrar gl'humori a piedi,& alle gionture.

Rimedi. Si vsi in poca quantità, e dai vecchi, e flemmatici, che hanno lo stomaco debile ne i tempi freddi.

GAROFONI.

Est Cariophyllon cordi, stomacoq; salubres.
Et ventrem stimulq, viscera lædit idem.

Nomi. Lat. *Cariophyllon.* Ital. *Garofani.* *Garofani.*

Qualità. Son caldi, e secchi nel terzo grado.

Scelta. I megliori sono quelli, che son freschi, e di odore perfettissimo, e di soaue sapore.

Giouamenti. Confortano tutti i membri principali, il core, il ceruello, il fegato, e lo stomaco, fanno i cibi molto grati, e soaui, fan buō fiato, prouocano l'orina, aiutano la digestione, conferiscono alle passioni frigide, al vomito, alla nausea, al mal caduco, a gli spasimati, a gli stupidi, fermano i flussi.

Nocumenti. Offendono le viscere, stimulano a venere, stringono il ventre, e nuocono a i colerici la state, e fanno amare le viuande, usandoli troppo,

Rimedi. Bisogna vsarli in mediocre quantità

ne i tempi freddi, e ne i cibi humidi, & nelle età, & complessioni flemmatiche.

M E L E.

Mel oculus confert, valide domat omne venenum,
Purgat idem, ast instat bilis, & inde viget.
Ignea vere lagas, & mella nitentia succu
Subruso biberno tempore lactæ mala.
Dulcia sint, somni blandum lenimen, & imo
Pulmoni turges si tamen illa time.
Hæc stomachum reparant, hæc, a putredine fœda.
Omnia tutantur, gloria magna apibus.
Soli nihil aut medicum hoc ventri mirabile malus
Quod nocet educunt, quod iuuat illa tenent.

Meel. Nomi. Lat. *Mel.* Ita. *Mele, & Miele.*

Qualità. E caldo, e secco nel secondo grado

Scelta. Il megliore è quello della primauera, e della state quantunque Aristotile laudi l'autunnale. Quel dell'inuerno è cattiuo. Il mele deue esser bianco, ben granito, l'Attico è il megliore.

Giouamenti. E il mele astersiuo, aperitiuo, onde prouoca l'orina, e mondifica i suoi meati, conferisce a i frigidi, a i flematici, & a i vecchi, è medicina pettorale, & è molto conueniente per conditure de i cibi è di poco, ma di laudabil nutrimento. Democrite dimandato

in

in che modo gl'huomini poteſſero ſtar ſani, e lungamente viuere; riſpoſe, dentro col mele, e di fuor con l'oglio, riſcalda lo ſtomaco, muoue il corpo, reſiſte alla corrottione, e ſi conuerte in buon ſangue.

Nocumenti. Genera ventoſità nelle budelle, ſi conuerte in collera, fa opilatione del fegato, e della milza; eccita la febre, & induce dolori colici e fa la toſſe mangiandoſi crudo; e quantunque ſia medicina pettore, nuoce nondimeno molto alla teſta, e mangiandone in ſouerchia quantità, offuſca l'intelletto, e moltiplica la collera.

Rimedi. Si cuoca ſempre ſchiumandolo, ouero ſi mangi con frutti, o con altri cibi acetoſi; non ſi deue vſare ſe non ne i tempi freddi per i vecchi, per i catarroſi, e per i flemmatici.

NOCE MOSCATA.

Indi a odoratas, & craſſo rore rubentes,
Cum tamen eſurant, da tibi larga Nuces.
E ſtomacho iecori, vitiato ſpleni, & ocelis
Subueniunt bruma ſi modo leſſa dolent.
His bene olent, & vix contacta labella fameſcunt.
Veſſica his patula eſt has fluida aluus amat.
Quam male nux dicta eſt, matronæ nobile munus.
Glans Muſcata datur cui male vulua tument.

Nomi, Lat. *Nux Miristica, & Nux Muscata.* Ital. *Noce Moscata.*

Noce moscata.

Qualità. E calda, & secca nel fin del secondo grado.

Scelta. La megliore è fresca, e non pertugiata, graue rossa ben grassa, e piena di humore.

Giouamenti. Fa buon fiato, assottiglia la vista, leua le lentigine, conforta il fegato, e lo stomaco, aiutando la digestione, assotiglia la milza, prouoca l'orina, disolue le ventosità, mitigando i dolori dello stomaco, astringe il vẽtre, e conforta la madrice, ferma il vomito, & eccita l'appetito. L'oglio cauato dalla noce moscata è molto utile nelle infirmità della madrice, e de nerui, tanto applicato di fuori, quanto beuuto con brodi al peso di cinque, ò sei grani.

Nocumenti. Nuoce a i sanguigni a i colerici, & a quei, che patiscono morice, & finalmente offende i malenconici, & che son stitichi, per che stringe il corpo.

Rimedi. si vsino di rado, & in poca quantità, mescolandoui vn poco di zenzero, che con la sua humidità la contemperi. E conuenienti a i vecchi, e per i flemmatici.

OGLIO.

Pingue oleum mollie ventres, humetq; calenti
Temperie, & pingui fert alimenta cibo.

Hoc

Hoc sine nil condita sapit lactuca, sed unde bos,
Insipidum cum sit deiciatq: famem.

Nomi.Lat.*Oleum*.Ital.*Oglio*.

Qualità. E caldo, & humido nel secondo grado.

Scelta. L'oglio dell'oliue è molto lodato, & molto soaue, e familiare alla natura sia dolce, & di dui anni almeno, ma non troppo vecchio, sia d'oliue mature; secondo luoco ha l'oglio di amandole dolci.

Giouamenti. Beuuto vna volta il giorno ammazza, & caua fuori i lumbrici, molifica *il* corpo ingrassa, & accresce la sostanza del fegato, & è singular medicina a vomitare i veleni presi, beuendone buona quantità.

Nocumenti. Leua l'appetito mangiandone in troppa quantità.

Rimedi. si mangi in poca quantità, e rare volte, e per i conualescenti, & delicati si vsi l'oglio di amandole dolci, ma fresco.

S A L E.

Nunc riget ante liquor fuerat Sal, siccot & ardet,
Cur tamen epotus corpora fluxa ciet.
Gratior albus erit, raber est vrentior, omni.
Luus Sali non posito, mensa nec olla sapit.

Nomi.Lat.*Sal*.Ital.*Sale*.

Qualità. E caldo, e secco nel secondo gra-

do,

do, astringe, e purga dissolue, & assotiglia, e per questo si dice

Sal primo poni debet primoq; reponi,
Non bene mensa tibi ponitur absque sale.

Fra tutti i sapori è laudatissimo, senza il quale nessun condimento è buono, perilche è molto necessario a conseruare la sanità, percioche nelle viuande si mette per farle più saporite, secondo quel verso.

Nam sapit esca male, quæ datur absq; sale,

Scelta. Il megliore è il bianco, eguale, e dēso

Giouamenti. Mettesi nelle viuande il sale per tre rispetti: prima perche i cibi più presto descendan dallo stomaco, essendo egli graue; poi per fare i cibi più saporiti: e finalmente perche resiste al veleno, & alla putredine, desiccando con la sua cecità quell'humidità, dalla quale si può cagionare la putredine; eccita l'appetito, e la virtù digestibile, leua il fastidio de' cibi prohibisce la nausea, resiste alla putredine, resolue, assottiglia, e desecca l'humidità superflue irrita gl'intestini a mandar fuori le feccie, e per questo si mette ne i clisteri, e nelle supposte.

Nocumenti. Le cose molto salate sono acute generano humor malenconico, son vaporose offendon la bocca dello stomaco, danno cattiuo nutrimento, brusciano il sangue debilitano la vista diminuiscono il coito, fanno prurito rogna, serpigine, impetigine, e norsea, e scorticano i meati dell'orina.

Ri-

Rimedi. Bisogna vsarlo in poca quantità, & non è buono il sale ne i salsamenti, per quei che hanno il petto stretto, & hanno humori salsi, & che sono leprosi.

ZEFFERANO

Fama vetus, cedant pulmenta Luculli,
Cœna corronata est plenior ista croco,
Hiccilices redolent ignita cacumina florum
Rubro ferunt cordi gauden summa tuos.
Si mala sunt capiti, segnes ducenti somnos.
Illia decor stomachus, tristeq; pectus amant.
Et ventrē oblectant, vulnā reseruantq; trumētem.
Hac ede, si risus expetis assiduos.

Nomi. Lat. *Crocus*. Ital. *Zafferano*.

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo. *Zaffarano.*

Scelta. Il megliore è il fresco, ben colorito, & che habbia nelle fila alquanto di bianco, lungo, non fragile pieno, che bagnato tinga le mani, e habbia grato odore.

Giouamenti. Conforta lo stomaco, & le viscere, apre l'opilatione del fegato, conferisce al la milza, fa buon colore, leua la putrefatione, induce il sono, eccita al coito, letifica il cuore, prouoca i mestrui, e l'vrina & facilita il parto; ma non se ne deue dare più di due dramme.

No-

Non caleo, dulcisq; mihi non insitus humor
Digna fauore fui pectora nunc noceo
Adstringo, ingluuiem repeto, sum noxia bili
Malueram Bacco deditus esse sapor.

Nomi. Lat. *Vua immatura* Et il liquore. *Omphacion* Ital. *Agresta*

Agresta

Qualità. E fredda nel primo grado & secca nel secondo.

Scelta. Si elegga l'vua acerba auanti il Sol leone colta, e preparata.

Giouamenti. Gioua mirabilmente la state, a temperare il calore del sangue, a smorzar la collera, e suegliar l'appetito: onde conferisce molto a i gioueni, & a i colerici, & a tutti l'infirmità calide.

Nocumenti. Stringe gagliardamente il petto, fa venir la tosse, & è nemica a i neruii, & a quei che patiscono dolor colici.

Rimedi. Si rimedia alla sua malignità vsandola in cōpagnia delle Carni, massime di colōbi, ò d'altri cibi caldi, e dolci, e grassi, ma col pesce s'accompagni cō spetie calide. E inimica a i vecchi, & a i flemmatici, non si vsi col sale, percioche dissecca troppo, & accende le febri.

Agresta salsa

S A P P A.

Multum alit: & pulsus reuocat Sapa Toxica vincit
Obstruit, atque inflat ventriculo que nocet.

Nomi.

Nomi. Lat. *Defrutum, & Sapa.* Ital. *Mosto cotto, & Sapa.*

Sapa. Mosto cotto.

Qualità. E calda nel secondo grado, & perche quantunque per la decottione riceua calidità, perde nondimeno del calor naturale, e humida temperatamente.

Scelta. La megliore è quella, che si fa di mosto cauato dall'vua dolce, cotto tanto, che manchi per metà, & è meglior, è più chiara quella che si fa di mosto bianco, che quella di mosto nero.

Giouamenti. Nutrisce ualorosamente, tien lubrico il ventre, riuoca il polso, & gioua alla strettezza del petto, & a'difetti del polmone, & all'vlcere delle reni, & della vessica, & è buona contra i veleni.

Nocumenti E difficile a digerire, è per la sua dolcezza opilatiua, & per questo non si conuiene a modo veruno a quei che patiscono opilatione di fegato, o di milza; è di grossa sostanza, per questo è ventosa, e nociua allo stomaco.

Rimedi. Non si vsi per cibo, ma per condimento, & seco semore si pongano pepe, ò altre cose aromatiche, l'inuerno, oueramente si accompagni con cose acide, che cosi si temperano l'vn l'altro; ouero si lasci affatto, o si vsi in poca quantità, con vn poco di mele.

Extenuat, vtriusq; adimunt, caligine, occelles
Cinnama odora leuant, commoda multa ferunt
Namq; oculos, stomachumq: acuunt, tremulosq. la-
sistunt, hic sicca est, nec pituita fluit. (certos.
Artubus hæc vires iam torpescentibus addunt,
Et iecur, & renes, putreq; pectus alunt,
Tædia vexatæ Matricis, & Icia tolunt.
Turgia languidulæ.

'anella
'inna-
nomo

Nomi. Latin. *Cinnamomum.* Ital. *Canella, & Cinnamomo.*

Qualità. E calda, secca nel terzo grado;

Scelta. La megliore e quella, che non è vecchia, ma che sia fresca, odorata acutissima al sapore, e di color rosso.

Giouamenti. Vsandola spesso ne i cibi, conferisce somamente allo stomaco, & alle sue frigide indispositioni, disoluendo l'humidità, e le ventosità, rischiara la vista impedita per humidità, apre l'opilationi del fegato, prouoca l'orina, fa dormire, scaccia le ventosità da tutto il corpo, mitiga i dolori delle reni, conferisce a i cattarri, & alla tosse, mondifica il petto dissecca l'humidità della testa, fa buon fiato, eccita il coito, conforta il cuore, & ha la proprietà della Theriaca, e resiste alla putredine.

Reni.

Nocumenti. Nuoce a' colerici la state, & in paesi caldi, perche infiamma le viscere; & il sangue

gue nuoce a podagrosi, perche essendo calida, & aperitiua, lascia facilmente penetrar gl'humori a piedi,& alle gionture.

Rimedi. Si vsi in poca quantità, e dai vecchi, e flemmatici, che hanno lo stomaco debile ne i tempi freddi.

GAROFONI.

Est Cariophyllon cordi, stomatoq; salubres.
Et ventrem stimulq, viscera lædit idem.

Nomi. Lat. *Cariophyllon.* Ital. *Garofani.* *Garofani.*

Qualità. Son caldi, e secchi nel terzo grado.

Scelta. I megliori sono quelli, che son freschi, e di odore perfettissimo, e di soaue sapore.

Giouamenti. Confortano tutti i membri principali, il core, il ceruello, il fegato, e lo stomaco, fanno i cibi molto grati, e soaui, fan buō fiato, prouocano l'orina, aiutano la digestione, conferiscono alle passioni frigide, al vomito, alla nausea, al mal caduco, a gli spasimati, a gli stupidi, fermano i flussi.

Nocumenti. Offendono le viscere, stimulano a venere, stringono il ventre, e nuocono a i colerici la state, e fanno amare le viuande, usandoli troppo,

Rimedi. Bisogna vsarli in mediocre quantità

ne i tempi freddi, e ne i cibi humidi, & nelle età, & complessioni flemmatiche.

MELE.

Mel oculus confert, valide domat omne venenum,
Purgat idem, ast instat, bilis, & inde viget.
Ignea vere lagas, & mella nitentia succu
Subruso hiberno tempore lactæ mala.
Dulcia sint, somni blandum lenimen, & imo
Pulmoni, turges si tamen illa time.
Hæc stomachum reparant, hæc, a putredine fœda.
Omnia tutantur, gloria magna apibus.
Sed nihil aut medicum hoc ventri, mirabile malus
Quod nocet educunt, quod iuuat illa tenent.

Meel. Nomi. Lat. *Mel.* Ita. *Mele, & Miele.*

Qualità. E caldo, e secco nel secondo grado

Scelta. Il megliore è quello della primauera, e della state quantunque Aristotile laudi l'autunnale. Quel dell'inuerno è cattiuo. Il mele deue esser bianco, ben granito, l'Attico è il megliore.

Giouamenti. E il mele astersiuo, aperitiuo, onde prouoca l'orina, e mondifica i suoi meati, conferisce a i frigidi, a i flematici, & a i vecchi, è medicina pettorale, & è molto conueniente per conditure de i cibi è di poco, ma di laudabil nutrimento. Democrito dimandato

in

in che modo gl'huomini poteſſero ſtar ſani, e lungamente viuere; riſpoſe, dentro col mele, e di fuor con l'oglio, riſcalda lo ſtomaco, muoue il corpo, reſiſte alla corrottione, e ſi conuerte in buon ſangue.

Nocumenti. Genera ventoſità nelle budelle, ſi conuerte in collera, fa opilatione del fegato, e della milza; eccita la febre, & induce dolori colici e fa la toſſe mangiandoſi crudo, e quantunque ſia medicina pettore, nuoce nondimeno molto alla teſta, e mangiandone in ſouerchia quantità, offuſca l'intelletto, e moltiplica la collera.

Rimedi. Si cuoca ſempre ſchiumandolo, ouero ſi mangi con frutti, o con altri cibi acetoſi; non ſi deue vſare ſe non ne i tempi freddi per i vecchi, per i catarroſi, e per i flemmatici.

NOCE MOSCATA.

Indi a odoratas, & craſſo rore rubentes,
Cum tamen eſurant, da tibi larga Nuces.
E ſtomacho iecori, vitiato ſpleni, & ocelis
Subueniunt bruma ſi modo leſſa dolent.
His bene olent, & vix contacta labella fameſcunt.
Veſſica his patula eſt has fluida aluus amat.
Quam male nux dicta eſt, matronæ nobile munus.
Glans Muſcata datur cui male vulua tument.

Nomi, Lat. *Nux Miristica, & Nux Muscata.* Ital. *Noce Moscata.*

Noce moscata.

Qualità. E calda, & secca nel fin del secondo grado.

Scelta. La megliore è fresca, e non pertugiata, graue rossa ben grassa, e piena di humore.

Giouamenti. Fa buon fiato, assottiglia la vista, leua le lentigine, conforta il fegato, e lo stomaco, aiutando la digestione, assotiglia la milza, prouoca l'orina, disolue le ventosità, mitigando i dolori dello stomaco, astringe il vẽtre, e conforta la madrice, ferma il vomito, & eccita l'appetito. L'oglio cauato dalla noce moscata è molto utile nelle infirmità della madrice, e de nerui, tanto applicato di fuori, quanto beuuto con brodi al peso di cinque, ò sei grani.

Nocumenti. Nuoce a i sanguigni a i colerici, & a quei, che patiscono morice, & finalmente offende i malenconici, & che son itiri chi, perche stringe il corpo.

Rimedi. si vsino di rado, & in poca quantità, mescolandoui vn poco di zenzero, che con la sua humidità la contemperi. E conuenienti à i vecchi, e per i flemmatici.

O G L I O.

Pingue oleum mollie ventres, humetq; calenti
Temperie, & pingui fert alimenta cibo.

Hoc

Hoc sine nil condita sapit lactuca, sed unde bos,
Insipidum cum sit deiciatq: famem.

Nomi. Lat. *Oleum.* Ital. *Oglio.*

Qualità. E caldo, & humido nel secondo grado.

Scelta. L'oglio dell'oliue è molto lodato, & molto soaue, e familiare alla natura sia dolce, & di dui anni almeno, ma non troppo vecchio, sia d'oliue mature; secondo luoco ha l'oglio di amandole dolci.

Giouamenti. Beuuto vna volta il giorno ammazza, & caua fuori i lumbrici, molifica *il* corpo ingrassa, & accresce la sostanza del fegato, & è singular medicina a vomitare i veleni presi, beuendone buona quantità.

Nocumenti. Leua l'appetito mangiandone in troppa quantità.

Rimedi. si mangi in poca quantità, e rare volte, e per i conualescenti, & delicati si vsi l'oglio di amandole dolci, ma fresco.

SALE.

Nunc riget ante liquor fuerat Sal, siccat & ardet,
Cur tamen epotus corpora fluxa ciet.
Gratior albus erit, raber est vrentior, omni.
Luus Sali non posito, mensa nec olla sapit.

Nomi. Lat. *Sal.* Ital. *Sale.*

Qualità. E caldo, e secco nel secondo gra-

do, astringe, e purga dissolue, & assotiglia, e per questo si dice

Sal primo poni debet primoq; reponi,
Non bene mensa tibi ponitur absque sale.

Fra tutti i sapori è laudatissimo, senza il quale nessun condimento è buono, perilche è molto necessario a conseruare la sanità, percioche nelle viuande si mette per farle più saporite, secondo quel verso.

Nam sapit esca male, quæ datur absq; sale,

Scelta. Il megliore è il bianco, eguale, e dēso

Giouamenti. Mettesi nelle viuande il sale per tre rispetti: prima perche i cibi più presto descendan dallo stomaco, essendo egli graue; poi per fare i cibi più saporiti: e finalmente perche resiste al veleno, & alla putredine, desiccando con la sua cecità quell'humidità, dalla quale si può cagionare la putredine; eccita l'appetito, e la virtù digestibile, leua il fastidio de' cibi prohibisce la nausea, resiste alla putredine, resolue, assottiglia, e desecca l'humidità superflue irrita gl'intestini a mandar fuori le feccie, e per questo si mette ne i clisteri, e nelle supposte.

Nocumenti. Le cose molto salate sono acute generano humor malenconico, son vaporose offendon la bocca dello stomaco, danno cattiuo nutrimento, brusciano il sangue debilitano la vista diminuiscono il coito, fanno prurito rogna, serpigine, impetigine, e norsea, e scorticano i meati dell'orina.

Ri-

Rimedi. Bisogna vsarlo in poca quantità,& non è buono il sale ne i salsamenti, per quei che hanno il petto stretto, & hanno humori salsi, & che sono leprosi.

ZEFFERANO

Fama vetus, cedant pulmenta Luculli,
Cœna corronata est plenior ista croco,
Hiccilices redolent ignita cacumina florum
Rubro ferunt cordi gauden summa tuos.
Si mala sunt capiti, segnes ducenti somnos.
Ill.a decor stomachus, tristeq; pectus amant.
Et ventrē oblectant, vulnā reseruantq; trumētem.
Hac ede, si risus expetis assiduos.

Nomi. Lat. *Crocus*. Ital. *Zafferano*.

Qualità. È caldo nel secondo grado, & secco nel primo. *Zaffarano.*

Scelta. Il megliore è il fresco, ben colorito, & che habbia nelle fila alquanto di bianco, lungo, non fragile pieno, che bagnato tinga le mani, e habbia grato odore.

Giouamenti. Conforta lo stomaco, & le viscere, aprè l'opilatione del fegato, conferisce alla milza, fa buon colore, leua la putrefatione, induce il sono, eccita al coito, letifica il cuore, prouoca i mestrui, e l'vrina & facilita il parto; ma non se ne deue dare più di due dramme.

No-

Norumenti. Và alla testa facendo dolore, sonnolentia, & offuscano i sensi, fa nausea, leua l'appetito & dato in troppa quantità cioè sino a tre dramme, è veleno, che fà morire subito ridendo, & il suo odore ferisce il capo.

Rimedi. Si adopri l'inuerno in poca quantita di vecchi, da flemmatici, & da i malenconici.

ZENZERO.

Ignitum tapiti, & pituitæ Zingiber ingens.
Antidotum sugent Cum tua membra cape:
Huic tamen in natus si non prius arunt humor.
Vix satis eße poteſt, igne repente sibi,
Hoc oculis aufert teneares; huic fluida debent,
Omnia, ne putreant Zingiber edocuit.
Hoc odiſse venus potuit, sed maxima ventri eſt
Commoditus, siccat, nec minus ille cocat.

nge-ro, Gē-euo. nzero.

Nomi. Lat. *Zingiber*. Ital. *Zengeuere, & Gengueuo, & Zenzero.*

Qualità. Quando è fresco, è humido nel terzo grado, e humido nel primo, Ma quando è seccatto, è secco nel secondo grado: ha in se certa humidià per la quale facilmente corrompesi, è resolutiuo, & incisiuo.

Scelta. Bisogna che sia fresco, di buon odore & di acuto sapore, e che non sia carolato, e quando si spezza non faccisi poluere.

Gio-

Giouamenti. Riſcalda lo ſtomaco, e tutto il corpo, e conſuma le ſuperfluità, riſolue le ven-toſità, aiuta la digeſtione, cõferiſce alla memoria, prouoca il coito, conſuma le flẽme, chiarifica la viſta, & aſterge l'vmidità del capo, e della gola. Il condito cõ mele è buono per i vecchi

Nocumenti. Infiamma il fegato onde non è buono vſarlo ne i paeſi, & tempi caldi, perche nuoce a chi ha calda compleſſione.

Rimedi. si vſi poca quantità, ouero ſi vſi condito con mele.

ZVCCARO.

Seccara pectoribus ſtomacoq; aptiſſima ſemper
Renibus, atq; luminibusq; fauent.

Nomi. Lat. *Saccaro.* Ital. *Zuccaro,*

Zuccaro.

Qualità. Il zuccaro è temperato nelle qualità p eſſime, ma nelle altiue, inclina al caldo, & è gratiſſimo in tutte le viuande, eccetto che nel la trippa, perche poſtoui ſopra la fa pozzare, come ſterco di buoi fatto di freſco,

Scelta Il migliore è il bianchiſſimo, greue, ſodo, e duriſſimo da ſpezzare.

Giouamenti. Nutriſce più che il mele, mantiene il corpo netto, e mondo, aſterge la flemma, leniſſe il petto, ſiumetta il ventre, mondifica lo ſtomaco, conferiſce alle reni, & alla veſſica, è vtile a gl'occhi.

No-

Nocumenti. Fa venir la sete, & per questo, quando con la sete si sente amarezza nella bocca, non bisogna vsare il zuccaro, perche allhora lo stomaco è pieno di collera, nella quale il zuccaro si conuerte. & fa gran danno allo stomaco, e nuoce à quei, che sono di calda complessione, come sono i gioueni e colerici.

Rimedi. Si rimoue il nocumento del zuccaro, mangiandosi con granati, ouero aranci acetosi.

Finiscono i Condimenti.

A C Q V A.

Sic aqua clara fluat qualis nitidissimus Aer;
Dulcis, & exigui ponderis, & gelida
Et tenuis curat, nullo purissima limo,
Sitq; sapor nullus, sit procul omnis.
Frescat breuiter, modico simul igne callescat.
Vtilis, & duris apta leguminibus.
Hanc mihi si quis aquam dederit, vinosa valet.
Pocula, nam vincit optima lymba merum.

Nom. Lat. *Acqua.* Ital. *Acqua.*

Qualità. È frigida, & humida.

Scelta. La megliore è quella che è chiara, sottile, pura, lontana da ogni qualità, che al gusto non habbia sapore alcuno, che alla vista sia chiara, & lucida, & all'odorato, che non habbia sapore alcuno; è ottima ancora quel-

l'acqua che appressata al fuoco, presto si scalda, e leuatene, presto si rifredda che sia fredda conuenientemente in ogni stagion dell'anno; ma l'inuerno più calda, e la state più fredda, che non sia salsa, nè amara che non sappia di fango di solfo, ò di altra cosa, che il suo fonte nasca verso Oriente, e corra verso Settentrione, e meglio è quella acqua che corre sopra la pura terra, di quella, che corre sopra le pietre, bisogna ancora che sia leggiera, non di peso, ma che non graui lo stomaco, e che presto se ne venghi via. per il contrario quell'acque son cattiue, che vengono dalle paludi, che hanno male odore ò che participano di qualche minera, come ancora son quella della neue, e del ghiaccio dissoluti, e così quelle che l'inuerno sono fredde, e la state calde che tutte queste rifreddan lo stomaco, & oppilano la milza.

Giouamenti. Gioua a i calidi, a i grassi, e carnosi, a quei che si affaticano tempera il vino, e quantunque essa nõ nutrisca, ricrea nõdimeno e ristaura le forze, & è vehicolo di cibi, ecita l'appetito, e data opportunamente nelle febri ardenti, se ne vede salubre, e felice successo, percioche è cõtrarissima alla natura delle febri rinfrescando, e humettando in corpo, conferisce ancora a coloro, che patiscono dolitioni notturni.

Nocumenti. Nuoce a quei che nõ sono trop

po

po calidi, a i magri, a gl'otiosi, a quei che non son cõsueti a beuerla, a quei che han lo stomaco debole, e che patiscono infirmità di nerui. Fa danno ai denti, al petto, al costato, & a gli intestini deboli. Il beuer l'acqua fresca, massime a i vecchi, è molto dannosa, & a chi la frequenta di bere, è impossibile, che non casci in vecchiezza, & in frigide infirmità.

Rimedi. Si corregono l'acque cattiue cocendole tenendole al sole in vn caraffone, con quattro granelle di pepe, maccato, e volendosi beuere subito si mastichino prima alquanti anisi, e per gli ammalati si cuoca con canella orzo, e simili cose: ouero si faccia l'acqua melata, la quale ha gran virtù, leua la sete, aiuta alle frigide infirmità del ceruello, de'nerui, & delle gionture, conferisce alla tosse, caccia fuori del petto le flemme grosse, muoue il corpo, e gl'intestini, purga le viscere & i meat i dell'orina e per questo gioua ne'dolori collici.

VINO.

Vina bibant homines, animalia cætera fontes.
Absit ad humano pectore potus aquæ
Pocula quæ caluere modo mihi crede nocebunt,
Vina tamen modice sumpta iuuare solent.
Immodiciat sensus perturbat copia Bacchi.
Inde quis enumeret quot mala proueniant;

Corpo-

Corporis exaurit succo animi: vigorem
Optimis ingenum, strangulat atque necat.
Alba colas milius reseruatis pestibus intrant
Corpore, & emulcent sunt nigra sicca magi.
Si tibi sub rubro salienti grata colore.
Sunt modo sint olido, manda sapore bibas
Conda iuuant vires reparant, subitamq; reportat,
Letticiam modicis sed bibe sumpta dadis.
Dulcia pectus alunt iecuri mala pessima ventri
Turgidulo somnos hæc veneremque frent.
Cæcuba fumoso nimiumque sententia viro.
Senibus, & stomacho deteriora nimis.
Forsitan, & chium expectas grandesq; falernos.
Sint mihi pauca malo nec sino cura capro.
Calda minus sed sunt magis humida aquatica vina
Siscrat hæc stomachus sensibus apta placent.

R E G O L E.

Il vino si cõnumera fra cibi, percioche ogni cosa, che nutrisca è cibo, & il principal luogo tra le cose che si beuono, tiene il vino, percioche per la sanita, per la sottil sostanza sua meglio si mescola cõ cibi, che non fa l'acqua; oltre che à gl'huomini è molto dilettevole, ristora l'humido radicale, e letifica il cuore. E il vino vn liquore soauissimo ottimo restauratore di tutte le facolta è sicurissimo sussidio della vita nostra, e per questo gl'antichi la sua pianta Vite,

quasi

quasi che fosse vita chiamato;ma bisogna vsarlo con dodici regole infrascritte.

I. Regola è, che quando il vino è gagliardo, & generoso, sempre si beua inacquato, con acqua semplice, ò con decottione di anisi, ò coriandri preparati, e tanta acqua vi si mescoli, che basti a leuarli il feruore, e l'euaporatione, che van alla testa, e perche si faccia miglior mistione, e si rinfreschino le parti calide del vin potente, si adacqui vn'hora, ò due auanti che si beue, ma quando il vino sarà picciolo, & aquoso, non si adacqui, perche il vino adacquato inhumidisce troppo lo stomaco, e genera ventosità ne gli intestini, & imbriaca più facilmente, che l'acquosità il fa penetrare, e per questo quei ch'hanno lo stomaco debole lo tralascino.

II. Regola. Non si beua mai il vino, dopò pranzo, ò dopò cena, fin che non sia finita la cõcottione del cibo, che allhora aiuta il nutrimento che più presto trapassi il corpo, doue che prima impedirebbe la concottione.

III. Regola. Bisogna guardarsi di non bere vino, che sia rinfrescato con la neue, ò con l'acqua ghiacciata, perche grãdemente nnoce al ceruello, a i nerui, al petto, al polmone, allo stomaco, a gli intestini alla milza al fegato, alle reni, alla vessica, & a i venti. onde non è marauiglia, se quelli, che vsan di beuerlo: son infettati da dolori colici, da indispositione di

stomaco

ſtomaco dalla retenſione dell'vrina,& da altri pernitioſi mali; doue che gl'antichi Greci in molte infirmità, come del petto] lo beueuan caldo,con giouamento notabile.

IIII.Regola. Si fugga il beuer vino a digiuno,perche turba l intelletto, induce ſpaſmo, e nuoce grandemente al ceruello,a i nerui,& alle gionture,riempe la teſta, onde vengono poi catarri, & per queſto quei c'hanno la teſta debole, ſono eſpoſti a i cattarri, non beuino il vino, o veramente poco, & inacquato, che ſi vede per eſperienza, che tutti i Saracini vecchi, che ſon ſtati continenti nel vino, non ſon molto da catarri,nè da dolor di denti infettati, doue che noi altri che lo beuiamo cominciamo a ſentir catarri nella adoleſcenza: quando adunque ſentiremo,che il vino ci habbia offeſa la teſta, ſi prende ſei ò otto grani di mortella. & ſe per ciò non ceſſaſſe il dolore, ſi prouochi il vomito.

V.Regola.Non ſi conuiene dopò i frutti freſchi,e humidi,& altri cibi cattiui, beuere vino ſottil le,perche eſſendo il vino buon penetratore, fa più preſto penetrare la malitia di quei cibi a i membri, ma queſto s'intende quando ſe ne beue ſuperfluo, che beuendo in poca quantità: corregge la malignità de i cibi.

VI. Regola. Se nella medeſima menſa è da vſare uin gagliardo, & uin debole, ſi cominci dal debole, che il vino potente in fine,

conforta la bocca dello stomaco,& aiuta la digestionq,

VII. Regole quanto il cibo è più grosso, & più frigido, tanto si conuiene vino più gagliardo, ma quando il cibo sara più sottile, più caldo, e più digestibile, tanto più il vino sia debole, e per questo quei che mangiano carne di vaccina, e pesce deuono beuere il vino più gagliardo di quelli che mangiano le galline.

VIII. Regola. Quelli che vsan molto vino, non si deuono vsar molto cibo, perche il vino serue per il bere, e per cibo, e per questo malamente potrebbe la natura digerire.

IX. Regole. Il vin che è fatto debole con l acqua è più laudabile, che il vino debole naturalmente, perche questi facilmente si putrefanno,

X. Regola. Quelle che hanno il ceruello debole, e lo stomaco, ò il fegato caldo, e habitanti in caldi paesi, deuono beuere poco vino, & acquoso, ma quelli che son di frigida complessione, e stanno in paesi freddi, e più forte, e più potente vino deuono beuere.

X. Regola bisogna ancora nel bere osseruare le stagioni dell'anno, perche l'inuerno bisogna beuer poco, & più gagliardo vino, la state più copioso, & più acquoso.

XII. Regola bisogna ancora considerare l'età, perche si come il vino è alienissimo da'fanciulli, cosi a i vecchi è attissimo, essendo che

tem-

tempera la lor frigida compleſſione, & per queſto Platone negò il vino a i fanciulli, & a i gioueni lo conceſſe mederatamente,& a i vecchi langhiſſimamente, dicendo, che i fanciulli fino a i vinticinque anni, non deuono beuere vino, perche ſi aggiungerebbe fuoco [a fuoco, e la giouentù non deue beuer vino gagliardo, ma ben temperato;

CONDITIONI DEL *buon vino.*

Il vin buono, deue eſſere mondo,puro,chiaro, che tiri al roſſo, detto ceraſolo; che ſia di luoghi montuoſi, & ſaſſoſi, diſcoperti verſo mezzo giorno, ſia di ottimo odore, perche il vino odorato accreſce gli ſpiriti ſottili, nutriſce beniſſimo, & genera ottimo ſangue. Sia al guſto gratiſſimo, perche è preſentaneo rimedio a coloro, che per dolore dello ſtomaco,& del cuore ſi vengono meno, non ſia a modo veruno agro, nè dolce, ma mazzano, che il troppo dolce infiamma,fa opilationi, & riempie la teſta,ma l'acerbo,ò acre nuoce a i nerui, e allo ſtomaco,& genera crudità.

VINI CATTIVI.

Sono cattiui i vini groſſi,fetidi,torbidi,corrotti, & ingrati al guſto, quali tutti biſogna

fuggirli, perche fanno dolor di testa corrompono il sangue fan li spiriti malenconici, & nuoce a tutto il corpo.

VINI ACQVOSI.

I Vini deboli chiamati acquosi, & ogliosar i non tolerano troppo mistione di acqua, danno poco nutrimenso, non riscaldano manifestamẽte, e per questo si possono dare a i febricitanti senza pericolo: non offendon la testa, essẽdo poco fumosi, e poco uaporosi, anzi mitigano il dolor di testa causato da humidità, e il dolor dello stomaco, che procede da ardore.

VINI POTENTI.

Dalle cose dunque sudette si può concludere, che i vini potenti non conuengono alla conseruatione della sanità, come sono il magna guerra, greco, corso, maluagia, moscatello, e simili. massime essendo grossi, e rossi, perche nutriscono troppo, e per questo, si vede, che ne i luoghi doue sono buoni vini, vi sono gli huomini molto viuaci come in Gualdo.

EFFETTI DEL BVON vino moderatamente beuuto.

Il vino moderatamente beuuto: parturisce

molti

molti commodi all'animo,& al corpo,perciòche quanto all'animo si rende più fidele, più mansueto,l'anima si dilata,gli spiriti si confortano, l'allegrezze si moltiplicano,& i dispiaceri si scordano,chiarifica l'intelletto,eccita l'ingegno,raffrena la ira, leua la malenconir, induce allegrezza, viuifica spiriti, e dona audacia;muta i vitij in virtù,facendo l'huomo di empio pio,di auaro liberale,di superbo humile,di pigro solecito,di taciturno faceto,di grosso astuto, e conduce la mente humana dalla potenza all'atto. Quando poi al corpo conferisce alla nutritione,resiste alla putredine, aiuta la concottione la digestione, & la generation del sangue,incide la flemma,fa i membri coloriti,risolue le ventosità,prouoca il sono,eccita l'appetito, grassa i conualescenti, ristora gli estenuati, apre l'opilationi concuoce i crudi humori, prouoca il sudore,& l'vrina, apre la via alle superfluità: onde a ragione fù il vino da gl'antichi detto Theriaca magna, essendo, che riscalda il cor fredo, & il caldo lo rinfresca, come anco dissecca l'humido,& humetta il secco.

EFFETTI DEL VINO
beuuto immoderatamente.

Il vino beuuto fuor di modo, come fanno gli imbriachi, fa effetti contrarij, imperochè

genera infirmità frigide,come sono apoplesia, paralisia targo,mal caduco , spasmo, e tremore;offende la testa,perturba i sẽsi,snerua la memoria,& fa morte repentine , quanto all' animo poi;il vino fa gli huomini ignoranti,loquaci,ingiuriosi, forsennati, stupidi, homicidiali, lussuriosi,corrompe la mente,risolue l'animo, distrugge le potenze animali, & naturali,& se l'ebriachezza si frequenta,apporta molte offese al corpo humano.

RIMEDI DELLI NOCVMENTI *del vino.*

Per fuggire l'offese del vino,non si mangino cose dolci,ne apetitiue,ma cose amare,e constrettiue;onde l'asſẽtio preso inanzi prohibisce la crapula , e l'embriachezza , & il medesimo fanno sette amandole amare,ò vn'insalata di fronde di cauli . Il zafferano beuuto con sapa,i grani di mortella,& i cauoli mangiati dopò , la radice dell' iringo parimente presa innenzi , fà il medesimo , come anco il perro, & l'amandole di persichi presene sette auanti al cibo,e cotognate, & altre cose astringenti dopò il cibo.

DEL VINO NOVO

Il vino nuouo chiamato mosto , è difficile a dige-

digerire, offende il fegato, & gli inteſtini, gionfia il uentre, per la bollitione, che fà nel corpo, dalla quale naſcono ventoſità, prouoca l'orina, induce diſsenteria, fa ſognar coſe terribili, e di groſſo nutrimento, ma queſto ha di buono, che ſolue il ventre.

VIN VECCHIO.

Il vin vecchio quando paſſa di quatro anni è caldo, e ſecco nel terzo grado, e ſempre inuecchiando acquiſta più calore. Il migliore è quello, che è odorifero aſſai potente, ſpiritoſo, che non ſia amaro, nè acetoſo, ma grato a tutti i ſenſi, aiuta la virtù eſpulſiua, riſolue i mali humori, e la ventoſità: e buono per quei, che hanno humori crudi nelle vene, & ne gl'altri vaſi nuoce a chi l'vſa molto, a i nerui, & al coito, perche diſecca il ſeme, perturba l'intelletto, offende i pannicoli del ceruello, & impediſce il ſonno: onde ſi deue adoperare per vſo di medicine, & non per bere, e pur beuendone ſe ne beua poco, & molto bene adaquato: nuoce a i gioueni, & a quei, che ſon di calda compleſſione, maſſime la ſtate, come conferiſce l'inuerno a i vecchi, & a flemmatici.

VINO DOLCE NVOVO.

Il vin dolce nuouo è caldo nel primo grado,

& humido temperatamente, è buono l'inuerno per i giouani, per i colerici, e per quei c'hanno lo stomaco gagliardo, che ha gran forze di vnire, conforta li spiriti, prouoca il coito perche genera molto sperma, ma è inimico a vecchi, & a flemmatichi, quando non è chiaro, genera sangue fecciofo, oscuro, & vaporoso, nuoce allo stomaco, & alle budella, & molte volte fa venire il flusso hepatico, onde si deue aspettare a beuerlo da se, ouero dalle tacchie dell'auellane, che lo fan venir presto chiarissimo.

VINO DOLCE MATVRO

Questo vino è caldo nel secondo grado, & humido temperatamente. Il megliore è quello che è di sostanza sottilissima, & alla vista lucidissimo, e trasparente dilletta mirabilmente il gusto, nutrisce molto, e giona al petto, & al polmone, ma oppila gagliardemente il fegato & la milza, empie la testa, fa sete, & genera la pietra nelle reni, & si conuerte in colera, onde i colerici, non lo deuono vsar in modo alcuno, nè quei c'hanno mal disposte le uiscere, a i uecchi l'inuerno è molto conueniente.

VINO BRVSCO.

Il uin brusco agrestino, pontico, stitico: & acer-

acerbo, si confondon tra di loro, per la poca differenza, che è trà questi sapori; è ben vero, cha l'austero participa dell'amaro, & il pontico del sorbigno, i Vini, che propriamente son bruschi da gl'altri vini, hanno tanto poco calore, che non arriuano al primo grado, & son secchi nel secondo son buoni per i gran caldi, nella febre diaria, al fegato infiammato, & allo stomaco disseccato, rinfrescano, leuano la sete, sanano il flusso stagnano il vomito, ma non bisogna che sian acetosi ne molto austeri, ma che sian mediocremente astringenti, sottili, & poco colorati, e son buoni per i giouenī c'hanno lo stomaco caldo. & per i colerici, & son nemici a i flemmatici, & a i vecchi, peroche stringono il petto, fan venir la tosse, non dan buon nutrimento, nè fan buon sangue, & impediscono il sudore.

VINO ROSSO.

Il vin rosso è caldo nel fin del primo grado, del resto è tẽperato, il buono è quel che è di sostanza sotile: splẽdido, & chiaro, simile a vn rubino: nutrisce molto bene, genera buon sãgue, leua la sincope, e fa piaceuoli i sogni la notte, il grosso graua lo stomaco, nuoce al fegato, & alla milza, facẽdo opilationi, e tardi si digerisce: il negro solue è più nutritiuo, & più opilatiuo, i negri austeri, generano humori malẽconici

nici i rossi dolci son pettorali, i rossi assai chiari, & raspanti fanno orinare.

VINO BIANCO

Il vin di color di cedro si chiama bianco, è odorifero, e potente, è caldo nel principio del secondo grado, & secco nel primo, Non vuol esser di più d'vn'anno, perche sarebbe troppo caldo, sia splendido, e lucido, e fatto d'vue mature, nate nelle colline. Risiste a i veleni, e alla putredine, purga le vene de gl'humori corrotti, fa buon colore, accresce le forze, rallegra il cuore, & conforta il calor naturale, prouoca l'orina, il sudore, fa dormire, gioua alla quartana alla diaria, & a i conualescenti, conforta lo stomaco, & vsandosi conuenientemente ben temperato con l'acqua, conferisce in ogni tempo, ad ogni età, e ad ogni complessione, pur che non sia troppo vecchio, & non se ne beua troppo, perche nuoce a chi ha la testa, gli altri membri deboli.

RASPATI.

I raspati fatti di vino ottimo, son molto buoni, perche quella mordicatione gagliarda congionta col sapor dolce, altro sapor di vino buono, prouoca l'orina, fa digerire di cibo, risueglia l'appetito, e con lascia ascendere alla testa i fumi del cibo.

ACQVATI.

Gli acquati ſon poco grati allo ſtomaco, offendon la teſta, ma quel che hanno di buono è che preſto ſi rendon per vrina: ſono molte le differenze loro, ſecondo la varietà dell' vue, dalle quali vengon le vinaccie, che ſe ſaran dolci, la beuanda ſarà molto più ſoaue, & più toſto ſi renderan per vrina; ma il contrario ſarà ſe l'vue ſaranno acerbe, & accide.

VINO ARTIFICIALE per poueri, & infermi.

Prendiſi di aceto, di mel purgato, cioè ſpiumato, vua paſſa, ò cibibo, o vua cotta ana lib. ij. tartaro poluerizato ℥. vj. ſi fan bollir in acqua alla quantità d'vn barile, finche ſia crepato il cibibo, e l'acqua ſarà roſſa, laſciaſi freddare, poi prendaſi vn'altro barile di vino roſſo aggiungendo tant'acqua chiara, quanto baſta a farlo ſoaue. Poi ſe gli fa la concia, pigliando tre oua, & vn pizzichetto di ſale, ſi ſbatta con acqua in vn ſecchio con la ſcopa finche facci gran ſchiuma la quale ſubito ſi metta nel barilone, meſcolando ſempre. L'inuerno dura vn meſe è poco più, la ſtate fino a venti giorni.

VINO

VINO CONTRA LA
Peste per i ricchi.

Prendesi di radici di tormentilla, di bistorta di vincetossi, di ditamo bianco, di cinque foglie, di zedoaria, ana drãma due e meza scordio manip. mezo bolo armeno onze meza, seme di acetosa, di coriandi preparati, di basilico ana dramme tre, seme di cedro mondo drãma vna e meza, frondi di cardo santo dramme due, canfora dramme meza, zafferano scrupolo mezo, L'herbe si taglieno, e l'altre cose si pestano grossamente, & legato in tela di lino sottile, candida, & monda s'infondano in otto libre di buon vin bianco chiaro, e odorifero per dui giorni continui poi leuato il bottone, e cõlato il vino gli si gietino sopra sei once di siroppo d'agro di cedro, & si mescoli bene, finche s'incorpori bene il tutto, & si serbi all'vso.

Per i poueri.

Si prenda vn manipolo di radici d'ebulo peste alquanto, e altrettante frondi di rutta, capraria, s'infondino in lib. 8. di vin bianco, per 24. hore, in vn fiasco di uetre ben coperto, & serbisi all'vso.

Di questi vini si piglia vn buon bicchier la mattina nell'vscir di casa, presa prima vna di queste rotule.

Prent

Prendasi di vincetossico, di tormentilla di bi storta, zedoaria, e dittamo bianco, ana scrupolo vno, di bolo armeno, di terra sigillata, ana scrup. vno e mezo, di seme d'acetosa, di coriandri preparati mōdi ana scrupoli due, spetie di elettuario di gemma dramma meza, con zuccaro quanto basta, disoluto in acqua rosata, & di acetosa si facci confettion di rottule.

Quando la mattina l'huomo è leuato di letto messosi le calze, e'l giuppone, stia dirritto, & messo nel scaldaletto pieno di bragia, vi si getti opra della poluere infrascritta, & si profumi tutta la persona, poi si finisca di vestire.

Si fa la poluere di legno santo di sandali tutti ana dramma vna e meza, legno aloe, scrup. dui, storace calamita, laudano, belzui, ana dramme due aloe hepatico, mirra, ana once meza, scordio dramma vna e meza.

Vscendo di casa si porti sempre in mano vna palla fatta al torno di legno di sassafras, ò ginepro o concaua, che si possa aprire, & che sia bugiata per tutto con molti fori, & dentro si tenga vn pezzo di spugna bagnata nell'aceto infrascritto. Prendesi della poluere sopradetta, once vna, canfora scrupolo mezo, si leghino in peza rara, & infondano in vna libra d'aceto fortissimo, & come non vi è più aceto vi s' aggiunga dell' altro. Dell'altre cose pertinenti a questo proposito, habbiamo tratto a pieno nel nostro libro della

peste,

peste, & nel libro dell' acque, & vini Medicinali, & più a pieno nel nostro Theatro delle piante.

Il fine de i Vini.

VARII MODI DI LVBRICARE il ventre ne i cibi.

DAl mangiare si radunano molte superfluità ne i corpi nostri, parte delle quali si consummano con l'essercitio, & parte ne resta nel corpo; onde con qualche arte bisogna cauarle fuori. Sono queste superfluità diuerse, come da diuersi luochi procedono, & tali sono gli sputi, i mocci del naso, i sudori, l'orine, gli escrementi del ventre, & altre sporcitie del corpo; che se non si cacciano fuori, generano molti mali, come opilationi febri, dolori, & pesteme, & per questo con ogni studio bisogna euacuarle, ò per natura, ò per arte, per natura vsando cibi humidi, & liquidi, per arte, pigliando qualche clistero la state fatto con oglio violato, ò rosato, & l'inuerno con oglio commune, ò d'amandole dolci, ouero facendo vna supposta di butiro, empiendo vna fistola di piombo lunga vn palmo vn dito grossa, empieca di butiro, con vn poco di sale, & poi con vn stile spingere il butiro in alto: l'altro modo è

di so-

di sapore si prenda mezza hora auanti al cibo mezza oncia di fior di cassia, ouero si prenda vn'oncia e mezza di mel rosato solutiuo; ouei ro siroppo rosato solutiuo tre hore auanti pranso, vna volta ò due la settimana; ouero si prendano quindici sebestini, e lessino in qualche brodo, il qual si beua quattr' hore auanti pranso, e li sebestini aspersi di zuccaro, si prendano nel principio del mangiare, in vece di pruni damasceni, ouero si prenda mezza oncia di rodo manna, fatta di zuccaro, di rugiada, di rospi, di mercuriale, & di cauli, facendone rotule, ò cannelli, pigliandone mezza oncia all'alba: ouero si prenda il nostro elettuario, detto durantino, fatto a foggia di cotognata, con egual parte di manna, & di polpa pruni, damasceni freschi ben cotti, & passati per il setaccio, & con infusione di sena, e di polipodio con anisi, & cinnamomo reiterate tre volte, si faccia eletuario, & se ne pigli mezza oncia nel principio del preso, che è soaue al gusto, & senza molestia muoue il corpo. Si può pigliare ancora de i manuscritti, di polipodio ò di sena, alla quantità di mezza oncia, poco auanti al cibo, e si fa in questa maniera. prendonsi di polipodio quercino, mondato con diligenza, once quattro, di zenzeuero, once mezza, di seme di finocchio dolce dramme vna, d'anisi dramme due, d'vua passa dolce, oncia vna: cuocansi secondo l'arte leggiermente

spre-

ſpremendo, ſi prende de queſta eſpremendone libre vna di zuccaro, once otto di coralli roſſi preparati, di dramme vna e mezza di perle preparate, ſcrupoli quattro, e ſi caccia confettione in rotule.

A queſto propoſito gioua ancora ſubito auanti pranſo, mangiar mezza oncia di manna Calabreſe, beuerla con vn poco di brodo: Vale ancora queſto elettuario fatto in queſta maniera. Si prende il ſucco di roſe libre vna, di ſpeco di mercolla, di malua, di cauoli, e di bieta ana oncie otto, ſi colano, e poi ſi cuocano, ſoſpendendo nel mezzo vn bottone, fatto di dramme diece, di maſtice freſca, e molle fin che i ſughi venghino a ſpezare di mele, e leuato il maſtice ſi ſerue all'vſo: la ſua doſe e da mezza dramma fino a una dramma intiera in bolo, ouero (& è coſa regia) ſi diſolua la manna in acqua di borragine, di modo che l'acqua ſia, poi ſi ſtili a bagno caldo, in bocia di vetro, & ne viene vn'acqua puriſſima, & candidiſſima della quale ſe ne prenda vn' oncia fino a due, la ſera nel principio della cena, ò la mattina per ſei hore auanti pranſo.

IL FINE.